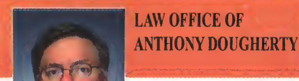



Vol.3, Number 8 Friday • August 20, 2010 ISSN # 2152-7407





LAW OFFICE OF
ANTHONY DOUGHERTY



LAW OFFICE OF
ANNA R. TSEYTLIN



LAW OFFICE OF
KENNETH L. GROVER

Автомобильные аварии
Все виды штрафов ($150)
NON CRIMINAL, В ГРАФСТВАХ PIERCE, KING, SNOHOMISH

Иммиграционное право
Травмы на работе
Семейное право

Криминальное право
DUI
Медицинские ошибки

## ВОССТАНОВЛЕНИЕ КРЕДИТНОЙ ИСТОРИИ

# В НАДЕЖНЫХ РУКАХ РЕШАЮТСЯ ВСЕ ПРОБЛЕМЫ



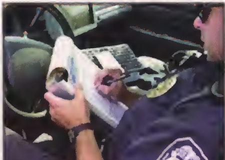
*" После аварии мы уже потеряли все надежды на востановление прежней жизни. Но оказалось, что все на много проще с помощью адвокатской фирмы Anthony Dougherty "*

**Михаил Жовтис**
паралигал
206.909.2535

**425.264.2000, 425.953.4800**









**451 S.W. 10th Street, Suite 104,
Renton, WA 98057**

**6320 Evergreen Way, Suite 201A,
Everett, WA 98203**

# Рош Ха-Шана




**И**так, череда праздников, вытекающих плавно один из другого, начнется в этом году 9 сентября (или 1 Тишри по еврейскому календарю)

И первый из этих праздников - **Рош Ха-Шана**, в переводе с иврита – *«голова года»* – еврейский Новый год, празднуемый в первый и второй дни месяца Тишри. С этого дня начинается отсчёт дней нового еврейского 5771 года.

Праздник первого дня седьмого месяца Тишрей (или Тишри) назван днём *«священного собрания»*, когда положено не работать, трубить в шофар, в трубы и совершать жертвоприношения, как написано в Ваикре (Левитах) 23 гл.23-25 стихах и в Бымидбар (Числах) 29 гл. 1-6 стихи. *"В седьмой месяц Тишри, в первый день месяца, да будет у вас покой, праздник труб, священное собрание."* Что же касается жертвоприношения, о котором говорится в этих стихах, то по великой милости Б-га оно уже пренесено нашим Спасителем, искупившим нас от власти греха раз и навсегда .

Установление 1-го Тишри религиозным Новым годом, по мнению законоучителей, связано с тем, что в этот день Б-г судит весь мир. Считается также, что в этот день на небесах предопределяется доход каждого человека в наступающем году. В эти дни, учит еврейская традиция, на небесах выносится решение: кому жить в последующем году, а кому – умереть.

Молитвенные службы в эти дни должны повлиять на решение Творца. В богослужении на этот праздник преобладают мотивы самоанализа и покаяния. Тем не менее, искренняя вера в то, что Господь желает всем добра и благополучия, превращает этот день в праздник. В эти дни верующий отдаёт самому себе и Создателю духовный отчёт за все свои поступки, слова и мысли за ушедший год. Он принимает решения, как исправить недостатки и проступки, как вернуться к Б-гу.

С этого дня начинаются десять дней молитв и раскаяния, называемые *«Дни трепета»* или *«Десять дней раскаяния»*, заканчивающиеся Йом Кипуром.

В первый вечер Рош Ха-Шана принято приветствовать друг друга пожеланием быть вписанным в Книгу Жизни. Об этом знает каждый еврей и делает это с радостью и надеждой. Во время праздничной трапезы принято обмакивать хлеб (обычно круглую халу), над которым было произнесено благословение, в мед, чтобы наступающий год был сладким; существует также обычай на Рош Ха-Шана есть яблоки с мёдом.

Подобно всем еврейским праздникам, этот день проводят в молитве. Молитвы, читаемые в Рош Ха-Шана, должны содержать десять библейских текстов, упоминающих Б-га как царя, десять текстов, упоминающих Б-га, как помнящего всё, и десять текстов, в которых упоминается шофар ▶



► *(бараний рог)*, один из существенных атрибутов празднования Рош Ха-Шана: в него трубят в ходе утренней молитвы.

Характерная черта празднования Рош ха-Шана – звуки шофара, в который трубят во время синагогальной службы. Это действие истолковывают, как вызов на суд или призыв к покаянию. *«Над нами всеми суд в Рош Ха-Шана, а приговор выносится на Йом Кипур».*

В день Рош Ха-Шана провозглашается власть Б-га над всей Вселенной и всеми народами мира, отчего Рош Ха-Шана называют еще днем Коронации. В молитве на Рош Ха-Шана говорится: *«Б-г наш, властвуй над всем миром во славе Твоей, вознесись над всей землей в красе Твоей. Да познает все сотворенное, что Ты его сотворил... И да составят все единый союз, чтобы исполнить волю Твою от всего сердца"*

Что касается праздничной трапезы, то в эти дни мы едим **морковь** *( «фувия» на идиш, что значит «увеличение»).* Мы просим Всевышнего увеличить наши заслуги. Также мы просим, чтобы Всевышний уничтожил негативные указы, направленные на нас (*морковь на иврите –«гезер», а указы – «гзерот»).*

Мы едим **лук** *(«карти» на арамейском значит «пресекать»)* Мы просим Всевышнего пресечь поползновения наших врагов.

Мы едим **свеклу** *(«силки» на арамейском, что значит «убирать»).* Мы просим Всевышнего убрать врагов с нашего пути.

Так же мы едим *финики («тамри» на арамейском, что значит «истреблять»)* и просим Всевышнего истребить всех наших ненавистников (*«йетаму»).*

Мы едим **тыкву** *(«кара» на арамейском)* и просим Всевышнего разорвать – *«кара»* – наши приговоры и провозгласить – так же *«кара»* – наши заслуги.

Мы едим **гранат**, *«чтобы заслуг наших стало много, словно зерен в гранате».* В гранате всего 613 зерен, по количеству заповедей Торы.

Мы едим **рыбу**, чтобы нам *«множиться на земле, точно рыбы в море».* Тора – жизнь наша и мы не можем существовать без нее, как рыба без воды.

Мы едим *баранью голову* в память о ягненке, принесенном в жертву вместо Ицхака, чтобы в наступающем году *«быть головой, а не хвостом».*

Но у мессианских евреев есть еще один ягненок, в честь которого мы едим это блюдо, – это Спаситель Машиах Йешуа, который уже заклан за нас раз и навсегда. И наша праздничная трапеза – в память о нем.

Большинство календарей народов мира ведут свой отсчет от какого-либо исторического события, и начало нового года при этом связывается с празднованием определенной даты. В еврейском календаре счет лет ведется от Сотворения мира. Мир сотворен Всевышним – Божьей волей и провидением; все в нем имеет смысл и цель, в том числе вся наша жизнь и каждое наше действие. И мы ответственны перед Б-гом, который дал нам возможность жить, существовать. Поэтому день Рош а-Шана, праздника, берущего начало от Сотворения мира, является также днем Б-жьего Суда, регулирующего справедливость сотворенного Им мира. Дальнейшая история человека развивалась стремительно. Ему было запрещено есть плоды с Дерева Познания Добра и Зла, но человек нарушил эту заповедь. И тут же был совершен над ним Божественный Суд.

Человек заслуживал смерти, ибо сказано в Торе:

*«...как только вкусишь от него, должен ты умереть»*
*(Бырейшит, 2:17)*

Но в решении Всевышнего сочетаются наказание и милосердие. Человек не умер *«как только вкусил»*, но стал смертен и был изгнан из райского сада. Все это произошло в тот самый шестой день Творения, в Рош а-Шана. История эта чрезвычайно глубока и многозначна, но пока важно то, что мы уже выяснили: Божественный Суд был заложен в основу мира, и Бог создал человека правителем этого мира, существом, непосредственно связанным с Ним. На человека была возложена ответственность за себя и за окружающий мир, и в соответствии с этим ему были даны как многосторонние наклонности, так и возможность идти по правильному пути. Б-г проявляет по отношению к человеку свою меру суда и свою меру милосердия, и человек, осужденный за нарушение Божьей воли на изгнание из рая, в последующих поколениях ежегодно должен представать перед Божьим Судом в Рош а-Шана. Рош а-Шана – время оценки нашей жизни.

Кто-то из нас рос и воспитывался на основах иудаизма, укорененного и закрепленного в семье. Но у всех ли в бывшем Союзе были такие возможности? ►

## Найди ответ на страницах газеты

**Вопрос:** Согласно иудаизму, человек оценивается, прежде всего, по своим делам; и поэтому "тшува" – исправление грехов – это сложный поэтапный процесс, включающий, кроме раскаяния о прошлом и сожаления, еще и конкретные действия по исправлению ситуации. Первый этап "тшувы" – человек должен признать, что он поступил неправильно. Второй этап – человек должен прочувствовать, насколько плох был его поступок, испытать "муки совести". Третий этап – возможное исправление этих последствий, возмещение ущерба, который был причинен пострадавшим. Самым важным является четвертый уровень – решение никогда больше не поступать так, как он поступил в прошлом. Когда существовал Храм, то был еще и пятый уровень, который мы сегодня пытаемся восполнить молитвой. И в чем же он заключался во времена Храма?

► Многие росли в светских семьях, и сегодня, когда у нас есть возможность вернуться к своим корням, мы ностальгически перелистываем календарь за уходящий год и осознаем, что шампанского на *«новогоднем застолье»* уже не будет, да и встреча Нового года сдвинулась куда-то по фазе, и теперь ей предшествуют другие нюансы – томительный звук шофар, мед, яблоко, гранат, круглые халы. Ветер зимний сменился ветерком осенним... За окном уже не декабрь, а сентябрь, который мы привыкли ассоциировать с началом школы. А тут оказалось, что с него вообще год жизни начинается. И что не сентябрь он, а *Элул* и отчасти *Тишрей*. Вот как нас по жизни-то повернуло! Открытки новогодние пишем, это да. Хоть какое-то сходство с родной и знакомой атрибутикой. Но и тут на открытках другое изображается. Мед, яблоко, вино, гранаты. И весы. Не те, на которых проверяешь свой вес. А те, на которых взвешиваются твои поступки. Когда-то был в этот день Дед Мороз, и лишь потом – через много лет – появился образ новогодних весов. И древние весы, в общем, перевесили. Ментальность постепенно стала еврейской. Но как сквозь слой штукатурки, бывает, просматриваются старые трещины в стене, так и в нашей многослойной психике то и дело сквозит прошлое. И некомфортно от этого.

И хотелось бы стать цельным. Но для этого надо забыть. А забыть можно лишь постепенно. Год за годом. Элул, Тишрей… Снова мед, яблоки, гранаты, круглые халы. Сладость и усталость праздничного вечера. Гости. Нарядные детишки. Пожелания, идущие от сердца.

Наконец трапеза завершилась, и можно наскоро забить полки холодильника оставшейся снедью.
Как приятна подушка! Но подожди, еще одна молитва, ведь на небе – весы! Мысленно просишь у Бога прощения за то, что нет сил сидеть и проговаривать всю Книгу Псалмов, и засыпаешь. Наутро – праздничные одежды, синагога и шофар.

С Новым Годом! Шана Това Уметука, Хаг Самеах!

# ЙОМ КИПУР

После двух дней Рош ха-Шана, Нового Года, нам остается 8 дней на переосмысление нашей жизни и исправление наших проступков Все это происходит перед праздником Йом Кипур, который в этом году выпадает на 18 Сентября (10 Тишри) *Йом-Кипу́р «День Искупления»*, на русский язык обычно переводится как *«Судный День»* – в иудаизме это самый важный из праздников, день поста, покаяния и отпущения грехов. Этот день завершает **Десять дней покаяния**.

Йом-Кипур считается наиболее святым и торжественным днём в году, его основная тема – искупление и примирение. Согласно религиозным предписаниям, в этот день запрещены не только работа (как в субботу и в другие праздники), но и приём пищи, питьё, умывание, использование косметики, ношение кожаной обуви и интимные отношения. Пост – полный отказ от еды и питья – обычно начинается за полчаса до захода солнца в канун праздника и заканчивается с наступлением вечера через сутки.

Литургия Йом-Кипура начинается с произнесения молитвы *«Коль нидрей»*, она должна быть прочитана до захода солнца, после нее читается *маарив* (вечерняя молитва), включающая в себя дополнительные молитвы – *слихот*. Особо религиозные евреи остаются в синагоге на всю ночь, читая псалмы, славословия и различные мольбы. Пост в Йом-Кипур соблюдают и многие светские евреи, обычно не соблюдающие другие религиозные законы. Многие из них посещают в этот день синагогу (не делая этого в другие праздники), поэтому количество посетителей в синагогах в этот день может возрастать в два-три раза. Среди традиций, принятых даже в светской среде накануне Йом-Кипура – пожелание *«хорошей записи»* в Книге Жизни, пожелание *«лёгкого поста»* и обычай просить у всех прощения.

Тшува, раскаяние и исправление, которую совершают евреи в Йом Кипур, считается действительной и полной, если человек никогда больше не возвращается к своим дурным делам. Ясно, что мало надежды на то, что человек может совершить полную тшуву одновременно во всех областях. Однако считается возможным и очень важным достичь полной тшувы хотя бы в немногом. Рабби Элияху Ки-Тов пишет об этом:"И принято у людей народа Израиля, чтобы не проходили у них *десять дней тшувы* без того, чтобы не исправляли один какой-нибудь грех полностью, так, чтобы уже не возвращаться к нему никогда. И так каждый год человек прибавляет по одному исправлению и не нарушает его во все дни. И пусть даже это исправление касается вещи, на первый взгляд, незначительной, и исправление ее легкое, однако значение полной тшувы, которая достигается за счет этого, очень велико. И поскольку легка для исправления эта вещь, которую он решил исправить, то тем более уверен он, что устоит в ней все дни свои. И это обычай достойный, и следует иметь его каждому человеку, как большому, так и маленькому, чтобы ни в каком году не проходили *дни тшувы* без того, чтобы он прибавил какую-то заповедь, которую смог бы выполнять всегда. И так каждый год по одной вещи; и все это кроме общей тшувы, вместе со всеми стараниями.»

Праздничная трапеза в канун Йом Кипура выражает нашу радость по поводу того, что настало время искупления. Она также дает нам силы провести пост Йом Кипур в глубоких размышлениях о сущности тшувы, а не в мыслях о еде. Принято утром накануне Йом Кипура есть рыбу. Кроме этой праздничной трапезы, устраивают также "*сеудат мафсекет*" («трапезу прерывания») непосредственно перед постом. Ее нужно закончить не позже, чем за полчаса до захода солнца, чтобы успеть в синагогу до начала *Коль Нидрей*. В эту трапезу, наоборот, не принято есть рыбу и запрещено пить алкогольные напитки.

После *сеудат мафсекет* зажигают праздничные свечи, говоря при этом два благословения: «Благословен Ты, Бог, Господин наш, Царь вселенной, освятивший нас своими заповедями и повелевший нам зажигать свечи праздника. Благословен Ты, Бог, Господин наш, Царь вселенной, Который дал нам дожить, и поддержал нас, и дал нам дойти до сего дня». После этого благословляют детей и идут в синагогу.

"Виновны мы; были вероломны, грабили, лицемерили, свернули с правильного пути и обвиняли невиновных, намеренно творили зло, присваивали чужое, ►

► возводили на ближнего напраслину; давали дурные советы, лгали, глумились, бунтовали, кощунствовали, были непокорны, злодействовали, восставали против закона, враждовали между собой, упорствовали в грехе; творили зло, вредили, делали мерзости, заблуждались, вводили в заблуждение других.

Свернули мы с пути заповедей Твоих и милосердных Твоих законов, и это не привело нас к добру. И Ты прав во всем, что совершил с нами, ибо Твои деяния справедливы, а наши – греховны"

Это *Видуй* – признание, исповедь – его читают во всех службах Йом Кипура. Он написан от множественного числа и включает в себя возможные грехи Израиля в алфавитном порядке. Таким образом, в этой молитве подчеркиваются не личные грехи читающего – это дело его собственной тшувы и его отношений с Богом и людьми. Это признание говорит о грехах всего народа, за которые каждый отдельный еврей несет ответственность. Одним из фундаментов еврейского подхода к миру является постоянное осознание того, что все евреи – от Авраама, Ицхака, Яакова, от дарования Торы на Синае и до нас, наши дети и все их потомки являются по отношению к Богу и к миру неким единым бессмертным индивидуумом, который называется *Кнесет Исраэль – "полное собрание душ Израиля"*. Все еевреи подобны частям одного большого организма. Когда болеют отдельные его части, болен весь организм. Все евреи как бы сидят в одной лодке. Когда один проделывает дыру в днище на том месте, где сидит сам, – тонет вся лодка. Молитвы Йом Кипура еще раз напоминают об этом.

Мы, мессианские евреи, не отделяем себя от своего народа, от Израиля. Мы спасены Святой кровью нашего Машиаха, но и мы грешим в течение года, и молим Ха Шема не о вечном спасении, которое нам даровано через жертву Йешуа, а о прощении вольного или невольного непослушания в течении нашей жизни тут, на земле, потому, что любим Его, не хотим огорчать, и хотим приближаться к чистому образу нашего Спасителя. А так же просим за свой народ, от которого мы не отделимы.

В Йом Кипур в знак чистоты и святости принято одеваться в белое. Завершают Йом Кипур звуки шофара и молитва: "В будущем году – в Иерушалиме, благодаря нашему праведному Мессии, и там мы будем служить Тебе, как служили в древно сти!"

## ПРИТЧИ *Еврейские*

### ПРАВДА И МИР

*Правдивость и миролюбие – бесценные добродетели, и тот, кто воспитывает в себе эти черты, не станет на путь зла. И они же – путь к раскаянию и исправлению для тех, кто все же оступился.*

Рассказывают историю об одном человеке, который был повинен во многих серьезных преступлениях. Он воровал, грабил, лгал, ел некошерное, вообще не замечал Субботу. Когда к нему пришла мысль о раскаянии, он не знал, что с ней делать и как ее реализовать.

Он пришел к цадику, праведнику, и сказал ему: «Я согрешил против всего, что написано в Торе, – научи меня, как раскаяться, чтобы освободиться от старых грехов и не совершать новых». Цадик отвечал: «Если я покажу тебе путь к раскаянию, который чрезвычайно труден, ты возьмешь его на себя?» Тот сказал: «Даже если ты скажешь броситься в горящую печь!» Цадик сказал: «Путь, который я тебе собираюсь указать, еще труднее. Возьмешь ли ты его на себя?» «Да»,– ответил тот. Тогда цадик взял с грешника всего одну клятву. Он сказал: «Иди домой с миром, ешь что хочешь, делай что хочешь, но если тебя спросят: «Что ты сделал?» – отвечай правду. Вот твой путь к тшуве». Человек поступил, как ему было велено. Он хотел опять украсть, но в последний момент подумал: «Если меня спросят: «Это ты украл?» – я должен буду признаться, и меня посадят в тюрьму». И он не стал воровать. То же самое происходило всегда, когда его дурные побуждения призывали его сделать что-нибудь плохое. Из-за того, что он поклялся говорить правду, он много раз воздерживался от дурных поступков.

Но однажды он поддался злому побуждению и поступил дурно. Однако когда его спросили об этом, он немедленно признался. И это признание спасло его от того, чтобы увязнуть вновь в грехе

Правдивость – предохранительная ограда, удерживающая человека от преступления. Миролюбие – сила, направляющая человека к праведности. Любящий мир не станет ссориться со своим учителем, родителями, друзьями, с окружающими его людьми. Непредвзятый взгляд и расположение к людям позволяют увидеть в людях лучшее и научиться у них этому. И другие смогут научиться у него, открытого и доброжелательного.

**Пинхас Полонский**

### ПОКАЯНИЕ

Рабби Шимон бен Лакиш, один из известных учителей Талмуда, в молодости был членом шайки разбойников. Но он сумел вернуться к Богу и всю остальную жизнь занимался Торой и исполнением ее заповедей, и его тшува была принята.

В тот день, когда он умер, умерли также два его ближайших приятеля, которые остались разбойниками. Рабби Шимон бен Лакиш был удостоен жизни в Ган Эдене, тогда как его бывшие друзья - разбойники были приговорены к Геенне. Они сказали: «Царь вселенной, неужели Ты пристрастен? Неужели из-за того, что Шимон – Твой любимец, Ты не засчитываешь ему те преступления, которые он совершил вместе с нами?!»

Бог ответил им: «Он раскаялся, пока еще был жив, а вы – нет». Они сказали: «Дай нам возможность, и мы раскаемся». Он ответил: «Тшува возможна только при жизни»

С чем это можно сравнить? Например, с человеком, который уплывает в морское путешествие или уходит в безлюдную пустыню. Если он не запасется хлебом и водой, то он не найдет их в пути.

Точно так же, если человек не раскаялся при жизни, после смерти у него уже нет этой возможности. *(Пиркей д'рабби Элиэзер 45).*

Наши мудрецы рассказывают: р. Элиэзер сказал: «Раскайтесь хотя бы за день до смерти». Тогда ученики спросили его: «Разве человек знает, в какой день он умрет?» Он ответил: *«Пусть он раскается сегодня, ведь может быть, он умрет завтра»*

**(Талмуд, Шабат 153)**

Человек может раскаяться в своих плохих делах в любом возрасте, даже после многих лет преступлений и нарушений Торы. Полная тшува снимает с человека все его грехи, и он становится чист перед Божественным судом.

**Ответ на вопрос (стр.7) Принесение жертвы - примирение с Богом**

# БЕДНЫЙ ПОРТНОЙ И РЫБА

Мы хотим рассказать вам притчу о бедном портном, который жил просто и скромно и каждый грош зарабатывал тяжким трудом. Он был глубоко верующим человеком, соблюдал все еврейские законы и праздники. И однажды, перед Йом Кипур, отправился на рынок купить рыбу для торжественной трапезы в канун Дня Искупления.

Портной запоздал и на опустевшем рынке застал одинокого рыбака, продававшего последнюю рыбу.

Обрадованный, спросил он цену и вынул кошелек. В этот момент к прилавку подошел надменный слуга градоначальника.

«Я покупаю эту рыбу», – сказал он.

Прости, господин, – ответил честный рыбак, – но этот человек был первым.

– Неважно, – ответил слуга, – я заплачу тебе вдвое.

Рыбак в растерянности посмотрел на портного, а тот сказал:

– Не беспокойся. Мне нужна эта рыба, и я тоже готов уплатить двойную цену.

– В таком случае я даю целый динар! – заявил слуга, а это были по тем временам огромные деньги, на них можно было купить десяток таких рыб.

– Два динара, – ответил портной спокойно.

Собралась толпа, и люди с изумлением наблюдали необычный торг. Когда еврей предложил двенадцать динаров, слуга отступил. Он понимал, что хозяин накажет его за подобное расточительство. На двенадцать динаров можно было купить полную лодку рыбы.

Портной уплатил счастливому рыбаку невероятную сумму денег, а слуга вернулся к хозяину и в свое оправдание честно рассказал о случившемся.

Градоначальник был рассержен и одновременно крайне заинтересован. Как могло случиться, чтобы бедный еврей уплатил такие деньги за одну единственную рыбу? Он велел привести к нему портного и спросил в чем дело:

– Сегодня священный для евреев день, – ответил портной. – Сегодня канун Йом Кипур, когда Б-г отпускает нам наши грехи.

На Йом Кипур мы постимся, а канун его – отмечаем торжественной трапезой.

И мне не было жалко денег ради соблюдения обычаев моей веры... Ничего не сказал градоначальник и отпустил еврея с миром.

А дома портного ожидала награда: в рыбе оказалась большая жемчужина.

## ЕВРЕЙСКИЕ ШТУЧКИ

У нас есть еще один праздник, который мы справляем каждую неделю – это наш основной праздник, первый, который даровал нам Ха Шем. Речь идет о шабесе, о субботе.

Итак, утро шабеса. Старик раввин проснулся задолго до рассвета. Хорошо бы сейчас почитать Талмуд – но в комнате темно, хоть глаз выколи. А зажигать свет в шабес запрещено. Для такого дела евреи нередко нанимают человека нееврейской национальности, который не соблюдает шабес. Но за это надо заплатить деньги. Смотрит раввин, мимо дома идет знакомый сосед.

– Эй, Иван! – решил схитрить раввин и не платить за услугу,

– Хочешь выпить стопочку? Заходи! Вот только бутылку я в темноте найти не могу! Иван с радостью заходит, нащупывает спички, зажигает свечу. Раввин наливает ему стопку водки.

– Да поможет вам Бог! – радостно говорит сосед, опрокидывает стопку и, как человек вежливый и бережливый... гасит свечу и уходит, снова оставив раввина в кромешной тьме

## ЗАПОВЕДИ

И придумал Бог заповеди. И пошел к арабам:
– Дети мои, у меня для вас есть заповеди, которые помогут вам жить лучше.
– Заповеди? А что это?– спросили арабы.
– Ну, это такие правила жизни.
– Например?
– Ну например: «Не убий».
– Не, нам это не подойдет!

И пошел Бог к неграм и сказал:
– У меня для вас есть заповеди.
– Например?
– Например: «Почитай отца своего и мать свою».
– Почитай? Э, да мы даже не знаем, кто наши отцы. Не надо нам этого добра!

Тогда пошел Бог к цыганам. И предложил заповеди им. И цыгане тоже захотели услышать пример.
И прочитал Бог:
«Не укради». И ответили цыгане : «Нет, это не для нас».
И пошел Бог к французам.
Но и те отказались от заповедей Его, услышав в при мер «Не прелюбодействуй»

Наконец, пришел Бог к евреям и сказал:
– Есть заповеди.
– Заповеди? – спросили евреи. – И почем они?
– Бесплатно, – ответил Бог.
И сказали тогда евреи:
– Давай десять!





# БЛАНК ЗАКАЗА

Company name ______________________________

Billing Address ______________________________

Phone ______________

Text ads/Текст Объявления ______________________________

______________________________

______________________________

______________________________

Подпись______________ Дата __________

# Христианская миссия Назарянин

## Доставка посылок и продуктов в страны СНГ



www.nazarenehelp.com

### Украина

0. Бердычев
1.Винница
2.Бережаны
3.Киев
4.Днепропетровск
5.Мариуполь
6.Одесса
8.Запорожье
10.Симферополь
11.Кременец
12.Мелитополь
14.Джанкой
15.Христиновка
16.Донецк
17.Луцк
19.Черкассы
20.Краматорск
21.Первомайск
22.Каховка
23.Харьков
24.Горловка
25.Ровно
26.Красноармейск (Донецкая)
27.Ново-Волынск
30.Львов
32.Черновцы
33.Сарны
34.Николаев
35.Полтава
36.Херсон
37.Хмельницкий
39.Кривой Рог
40.Чернигов
41.Александрия
43.Кировоград
44.Луганск
45.Рокитное(Ровенская)
46.Закарпатье
47.Славута(Хмельницкая)

### Средняя Азия

200.Алма-Ата
201.Бешкек Токмак
202.Сарань
203.Ташкент
204.Джамбул
205. Чимкент
206.Астана
207.Отбасар
208.Балхаш
209.Караганда
210.Тимертау
211.Павлодар
212.Актюбинск
213.Акмолин
214.Семипалатинск
215.Кокчетав
216.Тургай

### Россия

80.Шахты-Ростов
81.Иноземцево
82.Краснодар
83.Волгоград
84.Воронеж
85.Москва
86.Санкт-Петербург
87.Астрахань
88.Тверская обл. (забирать а Твери)
89.Брянская обл.
90.Белгородская обл.
91.Владимирская обл.
92.Ивановская обл.
93.Курская обл.
94.Калининградская обл
95.Калужская обл.
96.Липецкая обл.
97.Нижний Новгород
99.Псков
100.Минусинск-Абакан
101.Новосибирск
102.Свердловск
103.Красноярск
104.Тамбовская обл.
105.Орловская обл.
106.Рязанская обл.
107.Пензинская обл. (забирать в Пензе)
108.Республика Адегея
109.Смоленская обл.
110.Омская обл.
111.Оренбургжская обл
112.Пермская обл.
113.Курганская обл
114.Саратов
115.Самарская обл
116.Томская обл.
117.Тюмень (радиус-150 км)
118.Ульяновск
119.Челябинская обл.
120.Ярославская обл.
121.Калининская обл.
122.Кемеровская обл.
123.Уфа
124.Костромская обл.
125.Новгород (забирать в Новгороде)
126.Алтайский край (кроме горного Алтая)
127.Татарстан(Казань)

### Беларусь

70.Минск и обл.
71.Калинковичи
72.Гомель
73.Житковичи
73.Бобруйск
74.Витебская обл.
75.Брестская обл.
75.Барановичи
75.Б.Малышево
75.Дрогичин
75.Ивацевичи
75.Кобрин
75.Пинск
76.Гродно и обл.

## и с доставкой на дом

## Подробности у наших представителей

| Oregon | | |
|---|---|---|
| **Portland** | Анатолий | 503-777-9039 |
| **Woodburn** | Рая | 503-982-1156 |
| **Salem** | Людмила | 503-587-8721 |

| Washington | | |
|---|---|---|
| **Auburn** | Лида | 253-833-5653 |
| **Bellevue** | Валерий | 425-746-1736 |
| **Belingham** | Света | 360-366-7201 |
| **Everett** (exit 186) | Анна, Петр | 425-438-0389<br>425-314-5775 |
| **Everett** | Анна Кукла | 425-385-2019 |
| **Everett** | Александр | 425-770-5316 |
| **Federal Way** | Таня | 253-946-7882<br>206-306-3511 |
| **Federal Way** | Василий | 253-815-6952 |
| **Kent** | Люба | 253-638-0796 |
| **Mosses Lake** | Василий | 509-762-5716 |
| **Pasco** | Зина | 509-544-0797 |
| **Renton** | Надя | 425-430-0078<br>206-306-3588 |
| **Seattle** | Валя | 206-725-2622 |
| **Sumas** | Таня | 360-599-1277<br>360-676-4847 |
| **Spokane** | Яков | 509-993-5437<br>cell 509-483-4202 |
| **Tacoma** | Леонора | 253-471-9368 |
| **Vancouver** | Таня | 360-944-9612 |
| **Vancouver** | Люба | 360-699-5688 |
| **Vancouver** | Михаил | 360-253-4826 |

| Idaho | |
|---|---|
| Богдан Полячок | 208-863-0297<br>cell 208-898-0759 |

| California | | |
|---|---|---|
| **Antilopa** | Елена | 916-752-5117 |
| **Citrus Height** | Ерика | 916-721-5774<br>916-730-2044 |
| **Modesto** | Игорь, Надя | 209-522-8385 |
| **North Highlands** | Раиса | 916-628-7555 |
| **Rancho Cordova** | Надя | 916-362-9272 |
| **San Francisco** | Виктор | 415-933-6522<br>cell 415-577-5295 |
| **W.Sacramento** | Таня | 916-371-5615 |

| Utah | | |
|---|---|---|
| **Salt Lake City** | Таня | 801-972-0793 |

| Missouri | | |
|---|---|---|
| **Springfield** | Лида | 509-891-5705<br>417-863-7113 |

Приём посылок на Россию осуществляется на **ВСЮ ЕЁ ТЕРРИТОРИЮ** и получать посылки будут на почтовых отделениях получателей

В миссии **"Назарянин"** работает книжный магазин
Более **5000** наименований книг! Широкий выбор Библий, христианской художественной, детской и учебной литературы.

Для того чтобы заказать книги, просто позвоните по телефону
**503-777-9039**
и сделайте заказ.

**Низкие цены**
и возможность получения заказов по почте делают уникальным приобретение любой интересующей Вас книги! (sale 20% от цены в других магазинах)

**Nazarene Ministry of Help PO Box 66787 Portland, OR 97290**
**phone 503 777 9039 fax 503 777 9147**

# ЦЕНА СПАСЕНИЯ



**Виолетта Таскар**

*(Продолжение. Начало в № 7)*

Но в том-то и дело, что в нашем случае человек и не пытался стать Богом. Этого никогда не утверждал Брит хаДаша (Новый Договор). Бог стал человеком – вот основа "Нового Договора".Он пришел к нам в Личности Йешуа Ха Машиаха. А раз так, то это был Человек, по святости превосходящий простых смертных. Разве может отрицать иудаизм всемогущество Бога? Никогда! А значит он не может отрицать и того, что Бог при желании может воплотиться в человека. И в чем же здесь разногласие? |Это возражение тоже не выдерживает критики.

Я уже неоднократно писала о том, что "мириады", евреи первого века, верили в мессианство Йешуа. И никогда не возникал вопрос о том, что они после этого утеряли свою национальность. Как не утеряли ее верящие в Него китайцы, испанцы, славяне... Как не утеряли ее вовсе не верующие в Бога евреи. Даже если ты и желаешь отказаться от своей национальности – ты можешь ее только скрыть, но утерять ее невозможно – это противоречит законам природы, а значит Божьим законам. К сожалению сегодняшний раввинистический иудаизм, пытающийся это утверждать, несколько отличается от раввината прошлого, который, толкуя книгу пророка Йешайи, относил пророчество 53-й главы о Страдающем Рабе к Машиаху.

Это было иудейской позицией и *таргумов* (арамейских переводов еврейской Библии), и Мидрашей (раввинистических истолкований еврейских Писаний). В таргумах Ионатана бен Узиэля (большого иудейского авторитета в области иудейского понимания Писаний в 1 веке н.э.) совершенно четко говорится, что 53-глава Йешайи пророчествует о Машиахе (из чего истекает, в силу неоспоримых соответствий, что им был Йешуа).

Эта же идея поддерживалась Шимоном бен Иохаем, рабби Йегудой Святым, рабби Нахцманом, рабби Эфет бен Аль, рабби Моше Хадаршаном, рабби Моше бен Моймоном (мы знаем его, как Рамбам или Маймонид), который полностью признал, что Йешайа пророчествовал о Машиахе.

Рабби Моше Кохен Ибн Криспин (1350 год) пишет о Машиахе из пророчества Йешайи: "Я с удовлетворением отношу этот текст к Машиаху, в согласии с нашими рабби... Это пророчество дано Йешайе по божественной воле для того, чтоб ознакомить нас с природой грядущего Машиаха... чтоб каждый раз, когда кто-то заявит о себе, как о Машиахе, мы могли увидеть, есть ли в нем что-нибудь из признаков, которые были даны Йешайей: если будет некоторое сходство, тогда мы можем поверить, что это Машиах Праведность наша."

Мы не будем возвращаться к вопросу сходства Страдающего Раба и Йешуа, так как выяснили, что оно не "некоторое", а абсолютное. Вы все еще, мои дорогие собратья, продолжаете отвергать вашего Машиаха? Тогда я приведу вам слова молитвы из МАСХОРа.

Она была написана рабби Элиезером Калиром:

"Машиах наш праведный покинул нас: нас охватил ужас, нет никого, кто мог бы оправдать нас. Он изъязвлен был за грехи наши и наши преступления, он был мучим за беззакония наши. Ранами его мы исцелимся, когда Вечный воссоздаст Его (Машиаха), как новое творение. О, вознеси Его на круга земли, подними Его из земли Сеир, чтоб собрать нас на горе Ливии в о - в т о р о й раз по воле Инон".

В молитве – страх, что Машиах покинул свой народ (значит Он уже приходил и пострадал), Он понес заместительные жертвы за наши грехи, и Он придет во-второй раз – прямые цитаты из Йешайи.

В 16 веке разгорелись споры между раввинами и пошел отход от истинного толкования Йешайи. Но и тогда еще оставались боящиеся Бога, честные ▶

► раввины. Например Моше Ле Шейх писал:"Наши рабби, благословенной им памяти, в один голос принимали и утверждали, что пророк (Йешайа) говорит о царе Мессии. Мы также должны придерживаться этого взгляда." А рабби Илия Де Видас (1575 год) прямо сказал о причине тех страданий, которым подвергался и подвергается еврейский народ: "Но Он изъязвлен был за грехи наши и мучим за беззакония наши.

И смысл этих слов заключается в том, что, поскольку Машиах понес на Себе наши беззакония, то кто не признает, что Машиах таким образом страдает за наши беззакония, должны с а м и понести мучения и страдания за свои грехи" (Подробнее об отношении первых раввинов к пророчеству Йешайи о Машиахе вы сможете прочитать в книге Арнольда Фрухтенбаума *"Иисус был еврей"*). А теперь задумайтесь над высказыванием рабби Илии Де Видаса и его все объясняющей истиной и спросите себя:...

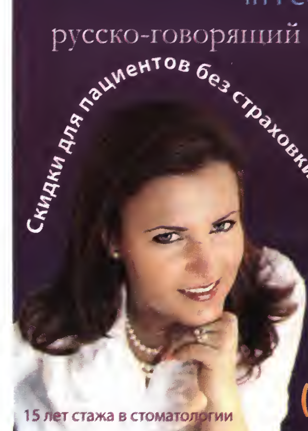
*(продолжение следует)*

E-mail: violettataskar@yahoo.com




in Federal Way

русско-говорящий доктор Jurga Martini




- Лечение парадонтоза
- Лечение корневых каналов
- Мосты, коронки, veneers
- Зубные импланты
- Удаление и лечение зубов
- Zoom! Отбеливание зубов за один визит
- 6 месяцев braces для взрослых

www.amddentistry.com

(253) 740-1501

(253) 661-0461

Jurga D. Martini, DMD, FAGD, MBA

Special

КОРОНКА

$ 100 OFF

Expires October 31/2010



консультация

Офис расположен рядом с Costco и Walmart

S 348th St | Costco | 16 Ave | 18 | 99 | 5

Медкупоны не принимаем | Работаем по вечерам и субботам | 34507 Pacific Hwy S Ste#8 Federal Way, WA 98003

## Юридическая Фирма Pacific Law Group, PLLC

Адрес: 555 116th Ave NE, Suite 206
Bellevue, WA 98004
ph.425..641.4438 fax 425..644.0958

# ПОПАЛИ В АВАРИЮ?

ЗВОНИТЕ:

1-800-405-9661

или

425-641-4438

Ваши интересы представляет адвокат с 35-ти летним стажем работы

ЧАРЛЗ СМИТ

## Автомобильные аварии

● аварии на всех видах транспорта ● травмы на работе, несчастные случаи, укусы собак

## Криминальное право

● управление любого вида транспорта в нетрезвом состоянии
● бегство с места происшествия ● домашнее насилие

## Иммиграционное право

● все виды иммиграционных услуг

**Василий Ватаманюк**
специалист по иммиграции
206..850.1821

**Оплата услуг только после получения компенсации**

# REAL ESTATE ▪ НЕДВИЖИМОСТЬ

Рубрику ведет **Svetlana Angel**

### Что такое Short sale?

Short sale («продажа без покрстия», «срочная продажа») – это сделка о продаже, при которой ипотечный заимодатель (кредитор) соглашается на компенсацию меньшую, чем сумма, которую ему должен продавец.

Например, продавец должен кредитору $ 200,000 за дом, но знает, что ценность дома в настоящее время всего $ 180,000. В данном случае продавец будет просить разрешения на выплату посредством short sale, при которой кредитор теряет 20,000 с изначальной суммы займа (кредита). В подавляющем большинстве случаев продавец не получает чистой прибыли от сделки short sale, но зато он освобождается от ипотечного обязательства. Кроме того, в кредитную историю продавца *short sale* заносится как “pre-foreclosure in redemption” (вступление кредитора во владение имуществом должника в целях погашения залога), а не как “debt discharged due to foreclosure” (освобождение от долговых обязательств вследствие перехода заложенной недвижимости в собственность залогодержателя).

### Что такое bank owned (REO / foreclosure) property?

*Foreclosure* – это юридическая процедура, при которой кредитор вынуждает должника продать недвижимость в целях выплаты долга. Во многих случаях в роли кредитора выступает банк, отсюда и термин bank owned (во владении банка) или REO – Real Estate Owned property. В большинстве случаев после получения собственности в свое владение, банк выставляет ее на продажу с намерением окупить невозвращенный долг (заём).

У продавца, которому грозит foreclosure, есть несколько вариантов действий, которые ему следует обсудить со специалистом по займам.

### Чем я могу вам помочь!

**Продавцы**: перед вами финансовые трудности? Вам нужна информация о том, имеете ли вы право на продажу без покрытия или на пересмотр займа? Пожалуйста, позвоните нам сейчас же, у нас есть опыт и все ресурсы для того, чтобы вам помочь в этих процессах, включая и возможный вариант сохранения за вами вашего дома.

**Покупатели**: ищете самых выгодных сделок на рынке недвижимости? Устали смотреть на недвижимость, уже связанную договорами? Покупаете дом впервые? Мы специализируемся на инвестициях в дома, которые выставлены на продажу сейчас, будь то «short sale», «bank owned» или «исключительное право». Пожалуйста, свяжитесь с нами незамедлительно, чтобы мы смогли показать вам, что есть в продаже уже сейчас напрямую с MLS!

ph. **206..883.6898**

# Квалифицированные советы от адвоката Бориса Петренко

## Проблема с "официальным" лицом или несправедливый суд над семьей Козловых

### Без суда и следствия

*(продолжение)*

В добавок ко всем осложнениям, суд штата Орегон сообщил прессе, что несмотря на гарантированное Конституцией право на адвоката, семья Козловых отказалась от юридической помощи, что также не соответствует действительности. Да, Козловы были недовольны работой своих адвокатов, но в соответствии с той же Конституцией, отказаться от своего права на адвоката обвиняемый может лишь в трех случаях:
1) если он делает это с полным пониманием и знанием последствий;
2) если он в состоянии и согласен следовать всем уставам криминальных процедур и судебным правилам; 3) если он полностью контролирует представление своего дела в суде. Случай же с Козловыми не соответствует ни одному из этих пунктов, они не способны контролировать процесс своего дела в суде. Оставить их без адвокатов было выгодно и удобно суду, сыщику, прокурору. Отношение к Козловым в суде было предельно грубым: судья Харт и прокуроры постоянно «затыкали» им рты, а Людмилу Козлову демонстративно выдворили за дверь с собственного судебного процесса.

### Развал на фоне шоу

Одним словом, это был не суд, а шоу, балаган, который был созван лишь для того, чтобы формально и официально утвердить виновность Козловых, так как реально их вина была признана задолго до него.

Людмила и Александр Козловы родители семерых детей, они верующие и порядочные люди. Большая и дружная семья прихожан Первой Славянской Баптистской Церкви была развалена: детей поселили в приют, родителей приговорили к семи годам тюремного заключения с последующей депортацией.
Но несмотря на весь трагизм, уверен – сегодня есть множество оснований для того, чтобы требовать пересмотра дела, отмены обвинений и приговора.

### Что делать?

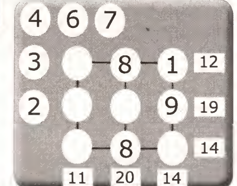
В своей прошлой статье «Чего делать нельзя, когда вас задержал полицейский» я изложил свои рекомендации во избежание подобных ситуаций. Но в добавок хотел бы обратиться к пастырям всех церквей с просьбой – объяснять своим прихожанам, что в случае разбирательств с официальными лицами они имеют право и возможность сохранять молчание до консультации с адвокатом. Даже самый малоопытный адвокат сможет предотвратить проблемы, возникшие со стороны официальных лиц. Наша фирма активно практикует подобные вопросы, только в 2009 году к нам обратилось более шести семей с похожими проблемами, две из них стали нашими клиентами и эти дела нами были успешно завершены.

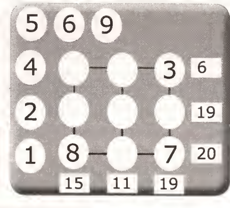
Мы всегда готовы предоставить бесплатные консультации по любым вопросам.

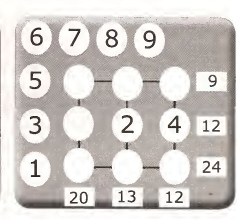
## ОТЛИЧНЫЙ ДОСУГ

### САН-ГО-КУ

Правила очень просты: поставьте свободные шарики с цифрами на пустые места так, чтобы сумма цифр каждого ряда равнялась числу справа, а сумма цифр каждого столбца равнялась числу внизу

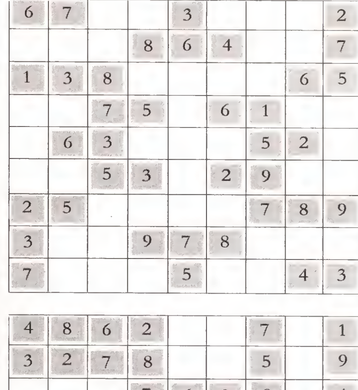



**СУДОКУ: просто и гениально**

Заполните пустые клетки цифрами от 1 до 9 так, чтобы: в любой строке, в любом столбце, в любом блоке 3Х3 не было одинаковых цифр



| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 6 | 7 | | | 3 | | | | 2 |
| | | | 8 | 6 | 4 | | | 7 |
| 1 | 3 | 8 | | | | | 6 | 5 |
| | | 7 | 5 | | 6 | 1 | | |
| | 6 | 3 | | | | 5 | 2 | |
| | | 5 | 3 | | 2 | 9 | | |
| 2 | 5 | | | | | 7 | 8 | 9 |
| 3 | | | 9 | 7 | 8 | | | |
| 7 | | | | 5 | | | 4 | 3 |

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 4 | 8 | 6 | 2 | | | 7 | | 1 |
| 3 | 2 | 7 | 8 | | | 5 | | 9 |
| | | | 7 | 6 | 3 | 8 | | 4 |
| | 9 | | | 1 | | 2 | 8 | 3 |
| | 1 | | 9 | 7 | 8 | | 4 | |
| 8 | 6 | 4 | | 5 | | | 1 | |
| 6 | | 9 | 1 | 8 | 4 | | | |
| 1 | | 8 | | | 9 | 4 | 7 | |
| 5 | | 2 | | | 7 | 1 | 9 | 8 |







Марка сигарет | Ягодный куст | Живое существо | Войско князя | Часть днища судна | Стальной крюк | Губы сахарные | Ед. энергии

"Лицо" магазина | Желе, водоросли | "...ещё ...!", фильм

Емират

Единорог в море | Настил через толь | Щель в заборе | Река в Индии

Салтан или горох | На плече солдата | Греческая буква | Сын Исаака | Купон

Сибирский валянок | Рассказ Бунина | "Ударник" в ухе | Любит родину

Помпа | Поэма Вознесенского | Яркий попугай

... Кихот | Японская собачка | Наглец | Баренцево ... | Гурт монеты

Актриса Жанна

Просторный халат | Иудино дерево | Знак зодиака

Полевой, прокатный | Оттенок | Ед. мощности | Наёмный экипаж | Сукно на пальто | Купидон

"Бурлаки на Волге" | Между словами | Первая дева | Валюта Кубы | Срез под углом | Место лектора

... Чесменский | Переключатель | Языки Гвинеи | Человек-такси | Родина картофеля | Главное в пунше

Скряга | Друг Чебурашки | "Веселая вдова" | Соблазн | Деньги ЕС

Большой дефис | Шалун | Вратарь

"Сыт по ..." | Снасть рыбака | Нехватка | Место соединения | Аверс и ... | Пудель у Куприна | Право в исламе

Немецкий композитор | Обманщик | Америка | Муж Нагайны | "Воры в законе", реж.

Одиллия и ... | "Моя... с краю" | Красавец (ант.)

Канал "Россия" | Взрывчатка | Осадки | Муравей тропиков | Фильм Соловьёва | Ядовитый белок | Акварель | "...который лопнул" | Рыжий таракан

Автобан | Вывоз руды, шахта | На ноге у петуха | Лошади | Мера пресечения | Партия товара

Широкий овраг | Рядом с Того | Мелкий мусор | "Мозг" армии | Убор невесты, Русь | Манта

Киносказочник | 0,4047 га | Морская рыба | Признак кипения | Ломоть

Кавардак | Римский медяк | Памятник

Чернец | Певчая птичка | Венгерск. автобус | Друг Маугли

Увенчан лаврами | Краска для волос | Перерыв в театре

● Привлекательная, заботливая енергичная хорошая хозяйка, любящая домашний уют, познакомится с евреем от 47 до 54 лет, ростом не ниже 172, имеющим серьёзные намерения создать семью.
Еще о себе: 47, 163, еврейка
Любителей поразвлечься прошу не звонить
**(503) 245-4023 Лена**

● Привлекательная интелигентная женщина, с серьезными взглядами на жизнь, желает познакомиться с мужчиной от 50 до 65 лет, любящим жизнь и Бога, для создания семьи
Любителей мимолетных развлечений прошу не звонить.
**(425) 614-5527**

● Интелигентная женщина 58 лет желает познакомиться с мужчиной 55-65 лет для серьезных отношений
**(253) 217-3986**

● Женщина 45 лет, активная, ищет доброго, надежного спутника жизни для серьезных отношений
**(206) 658-7038 (Елен)**

● Грешница: любила, любили, обжигалась, возрождалась
Ты - не ангел (за 45), оптимист, любишь искусство. Можем дружить
**(206) 407-9501**

● Живу в России. Мне 46 (выгляжу на 35), привлекательная, трудолюбивая, христианка. 5.3/140
Желаю встретить мужчину моего возраста
**(253) 850-1858 (Элла)**

● Хочу встретить порядочного мужчину-христианина для совместной жизни. О себе - по тел. **(425) 745-3403**

● Познакомлюсь с женщиной 40-50 лет для брака.О себе: русскоязычный, гражданин США, 67 лет
тел. **(904) 396-6188 (Валерий)**

● Желаю познакомиться с порядочным мужчиной до 65 лет с серьёзными взглядами на жизнь, который знает жизненные трудности. Любителей мимолетных развлечений прошу не звонить
**(206) 876-0028**

● Симпатичная блондинка, православная, енергичная. Желает найти в будущем избраннике, успешном и духовно богатом, от 42 лет, партнера и помошника по бизнесу
**Тел. в редакции**

● Девушка. Христианка. Ищет доброго, надежного мужчину, христианина, для создания семьи
**(916) 424-6306 (Мария)**

● Любящая всем сердцем Господа христианка познакомится с христианином от 55 лет для создания семьи
**(206) 235-9625**

● Ищу доброго и надежного русского мужчину для создания семьи. Возраст от 65
**(206) 719-0164 Мила**

● Мне 48. Выше среднего роста. Христианин. Выгляжу моложе. Симпатичный. Обоятельный. Образование высшее Спортивного телесложения. Обладаю необходимым набором хороших мужских качеств.
Хочу познакомиться с христианкой 32-40 лет с высшим образованием или имеющей работу связанную с бизнесом **(253) 632-4086**

● Познакомлюсь с порядочной девушкой (желательно еврейкой). Мне 41 год. Все при мне. Звоните - не пожалеете.
**(253) 886-4681 Игорь**

● Интелигентный мужчина, 60 лет, рост 165, хотел бы познакомиться с неполной, некурящей женщиной для серьезных отношений
**(425) 641-3334**

● Молодой парень спортивного телесложения. 23. Познакомлюсь с девушкой от 18 до 30 лет
**(425) 923-6562**

● Недавно в Америке. Мне 22. Ищу девушку - христианку для серёзных отношений
**(360) 977-1721 (Вадим)**

● Познакомлюсь с самостоятельной интелегентной женщиной от 55 для серьёзных отношений
**(360) 332-1491**

● Ищу добрую женщину для работы "Партнёр по бизесу" О себе: 46 лет, 22 года в США
тел. **(509) 216-9543**

● Познакомлюсь с порядочным мужчиной (желательно евреем). Мне 43. Рост 170. Красивая
**(425) 269-8661**

● Симпатичная девушка, христианка. Желаю познакомиться с христианином для создания семьи.
Возраст шт 25 до 30 лет
**(503) 851-1861**

● Ищу жениха для порядочной девушки 23-х лет из Украины
**(425) 329-9748**

● Ищу жениха для мамы 55 лет из Украины. Есть многоразовая виза США
**(425) 516-8881 Kevin**

● Ищу невесту для замечательного еврейского внука
**(206) 778-8271**

● Интелегентный мужчина спортивного телосложения желает познакомиться с девушкой от 25 до 35 лет для серезных отношений
**(425) 890-1113**

● Украинец. 33. Без вредных привычек. Вдовец. Дочери 8 лет. Познакомлюсь с женщиной для создания семьи.
**(253) 222-4204**

● Знающий Господа, хороший хозяин, 61, мечтает встретить прекрасную "музыкальную" помощницу любящую Господа
**(403) 330-8820 (Владимир)**

● Одинокий мужчина ищет одинокую женщину от 50 до 55 лет для создания счастливой семьи
**(916) 256-9367**

● Привлекательная интелигентная блондинка с высшим образованием, 45-5.7-185, без вредных привычек, любящая домашний уют и тепло, познакомится с мужчиной от 45 до 58 лет ростом не ниже 5.7 работоспособным, открытым, понимающим юмор, любящим жизнь и Бога. Только для серьезных отношений и возможного создания семьи. Любителей мимолетных развлечений очень прошу не звонить.
**(425) 999-0603**



## Работа/предлагаю/

● Требуется часовой мастер в городе Бьюрен
**(425) 346-3471**

● Ищу женщину, умеющую профессионально готовить надому. Буду приезжать и забирать. Оплата по договоренности
**(253) 632-4086**

● Если вы заинтересованы в покупке продукции **Aloe Vera** и **Bee Products по оптовым ценам с 30% скидкой звоните мне 425-737-3060 (Инна)**

● Предлагаем работу по уборке домов
**(425) 736-6522 (425) 228-8997**

● Приглашаю няню с проживанием для двойняше(3 года)
**425..894.8370**

● **Работа для семейной пары или одинокой женщины в доме по уходу за пожилыми Минимальный английский**
(425) 449-8229

● Предлагаю работу няни
**(425) 894-8370**

● Ищу няню для 3-х месячной девочки в г.Everett
Подробности по телефону
**(425) 785-0934**

● Требуется помощница по хозяйству женщине, проживающей в г.Редмонд на 3 дня в неделю
**(425) 242-1875**

● Ты хочешь зарабатывать деньги, когда люди оплачивают свои билы? Позвони!
**(360) 356-4541 (Алекс)**

**Требуется няня для девочки. Условия: проживание в Everett, наличие автомобиля и сотового телефона.**
**Работа вечером, выходные**
**(425) 503-1767**

● **Требуется няня** для двух девочек (2 года и 3 месяца) на 35 часов в неделю, включая уборку один раз в неделю.
Район Qeen Ann (Seattle)
**(206) 659-4989 (Elena)**

● **Ищу партнера в бизнес в области авиаиндустрии**
**206..407.5162**



## Работа/поиск/

● Ищу работу по уборке помещений
**(253) 217-6442 (Николай)**

● Ищу работу няни, можно с проживанием
**(206) 349-1879 (Татяна)**

● Ищу работу по уборке помещений в вечернее время
**(206) 304-1209 (Ольга)**

● Ищу работу связанную с рисованием, фотосьёмкой, дизайном **(206) 446-9513**

● Ищу работу няни и работу по дому на part-time с 12 до 6 p.m.
Имею опыт работы
**(206) 288-9729 (Вера)**

● Ищу работу няни
**(253)759-6156 (Сюзанна)**

● Ищу работу по дому.
**(425) 333-0599 (Александр)**

● Женщина ищет работу на "ранчо", связанную с животными. Очень люблю животных. Пунктуальная
**(206) 658-7038**

● Ищу работу няни без проживания. Живу в Mill Creek
**(206) 612-4361 (Люда)**

● Присмотрю за вашим новорожденным ребенком у вас или у меня дома
**Puyallup**
**(253) 926-2575 (Nina)**

● Ищу работу по **уходу за пожилыми.** Есть сертификат. Или другую работу.
Звоние **(425) 344-2752**

## Услуги

● Предлагаю услуги няни. Опыт работы как с одним так и двумья детьми. Образование - высшее педагогическое Детям с 3-х лет могу дать бесплатно уроки рисования. Ответственная. Redmond.
**(425) 330-0590**

## Продаю

- Honda Accord EX, 1998 99 K miles, 4-D Sedan $4 000 **(253) 222-9437 (Igor)**
- Honda CR-V, EX-L 31 K miles, Leather, 4x4, 6 CD, MoonRoof $20 000 **(253) 222-9437 (Igor)**
- Toyota Camry, 1999 года, 60 000 ml, $4,500 **(253) 249-4308**
- Toyota Camry, 2007 года, темно-серого цвета SE, 34 000 ml **(425) 512-7945**
- Honda Civic, color metalic Отличное состояние, $8500 **(425) 747-2572 (Алекс)**
- WW Jeta, 2003 года, 63 000 ml, с люком, темно-синего цвета **(425) 772-7331**
- Acura TL, 2005 года, 59,000, с люком, идеальное состояние темно-серого цвета **(206) 883-9151**
- Ford "Fokus" 2007 года **(360) 906-7241**
- Красивое новое современное свадебное платье. **Недорого** **(425) 787-1781 (Неля)**
- Очень полезную продукцию для здоровья и красоты на основе алоэ и продуктов пчеловодства **(425) 737-3060 (Инна)**
- ПОХОРОННУЮ ЗЕМЛЮ 2 места в Evergreen Washelly за низкую цену **(425) 746-8596**
- Круглый стол и 4 стула **Цена** - $70.00 **(253) 839-3863** (Валентина)
- **Холодильник** в очень хорошем состоянии **(425) 350-4141**
- Стенку из дерева в хорошем состоянии. Цена $400 **(253) 472-5628 (Таня)**
- Очень красивое, качественное свадебное платье, коронку и фату. **НЕДОРОГО** **(206) 719-7922 (Светлана)**
- Компьютер, монитор, колонки не дорого для изучения английского и другое **(503)839-7347 (Борис)**

**КОЗЬЕ МОЛОКО 509..398.5070**

## Продаю

- Недорого натуральный мех на шубу (пластины мутона под леопард) **(425) 246-9743**
- Красивое новое современное свадебное платье. **Недорого** **(206) 234-5688 (Ольга)**
- Офисную мебель и professional copy-printer **(425) 837-9011**
- Обучающую систему и говорящий электронный словарь "Partner ER 900" **(новый)** **(425) 745-6021**
- Toyota Camry, 210.000 ml, чистый тайтл. $400 **(253) 249-4308 Анатолий**
- Оборудование для христианского TV + установка **(425) 232-7291**
- 2 дивана и стенку в хорошем состоянии. **Недорого** **(253) 232-7680 (Света)**
- Полированную стенку в хорошем состоянии. $650 **(253) 472-9624**
- Печку-буржуйку **(425) 246-9743**
- Офисный стол, кресло, полку, електронное пианино **(425) 943-1053 (Светлана)**
- Новые автомобильные диски KMC, хром 20" x 8,5 Болты 5 x 4.75 или 5 x 5 **(253)218-7717**
- Новые тормозные накладки, радиатор, магнитофон с CD, 2 колесных диска 205x70 R14 к автомобилю Toyota Camry, 1996 **(425) 329-5060**
- Передние ступицы и 4 пружины к WW Jetta, 2003 **(425) 329-5060**
- Диван **(360) 906-7241**
- **Место на кладбище в г. Сиэтл (206) 433.1144**
- **Земельный участок площадью 3 акра в Moses Lake на берегу озера** **(425) 672-0327**
- **Земельный участок площадью 5 акров в Spokane** **(386) 864-5565**
- **Земельный участок площадью 10,275 sq.feet в Kent** **(206) 613-9464**

## Продаю

**СВАДЕБНОЕ ПЛАТЬЕ**
8-го размера вместе с фатой и перчатками
Стиль 2010 года
Стоимость нового $2000
продаю за $1400
Торг уместен
**253..222.5940** (Родика)

- Мебель и музыкальную аппаратуру, а также аккардеон ( 206) 242-1227
- Кожанный диван и кресло цвета "чери" в хорошем состоянии. О цене договоримся. Рафик **(425) 821-6160**
- **Новую переднюю решетку** Toyota Camry 2007 **(425) 821-6160 (Рафик)**
- Новое свадебное платье. **НЕДОРОГО** **253..886.8723 (Инна)**
- **Lexus GS 300**, 1993 года, пробег 190,000 Best offer **$1,000** **425..746.8596**
- Тренажер - $50 Ходуны для ребеночка $10 Детские вещи на мальчика до 12 месяцев **425..344.4496**
- Nissan Quest, 1997 года, 73 000 ml, красного цвета продам или поменяю на Toyota Camry от 1997 года **и выше** **(425) 329-5060**
- **WW Passat**, 2001года Чистый тайтл. Пробег 138 ml **(425) 350-6194**
- Nissan Altima, 2005 года, 74 000 ml, в отличном состоянии, светло-зеленого цвета, новые колодки, люк, кожаный салон, переднее сидение с подогревом, 6 CD player **(425) 423-1725**
- Nissan Maxima SE, 2002 года, 68 000 ml, светло-серого цвета, люк, высший класс, идеальное состояние **(425) 760-8978**
- Два дивана из ткани в хорошем состоянии. Недорого **(425) 344-2752**

**Cleaning Business, Eastside (425) 232-1384**

**2 золотые цепочки 14К с кулончиками и 1/4 и 1/2 диамантами**
**253..232.7680**

## ПРОДАЮ

**Стабильный бизнес по уходу**
**с хорошим доходом**
Просьба звонить только финансово независимым кандидатам
**425-449-8229**

## Услуги

- **ПИШУ СТИХИ** на все торжества **(425) 957-0349 (Фаина)**
- **ОПЫТНАЯ НЯНЯ,** с высшим педагогическим образованием, предлагает услуги по уходу за ребенком любого возраста у себя на дому в Redmond (район Microsoft) **(425) 330-0590**
- Предлагаем услуги по уборке домов. Цены ниже рыночных **(425) 228-0446 (425) 736-6522**
- Даю уроки по математике на английском и русском Курс начальной и средней школы **(425) 787-3439**
- Даю уроки игры на фортепиано **(206) 962-9412 (Ася)**
- Любые сантехнические, електрические работы по дому **(425) 787-3439**
- предлагаю услуги няни в South Everett **(425) 513-1150 (Татьяна)**
- обучаю игре на скрипке **(425) 319-2321 (Елена)**
- Sears Driving School Instructor дает уроки вождения на русском языке **(425) 814-9799**
- Доставка в Аэропорт -$28 **Limo Service** **(425) 286-5158 (Алекс)**
- обучаю рисованию, фотосъемке, дизайну **(206) 446-9513**
- **Профессионал дает УРОКИ ИГРЫ на бас гитаре и гитаре** **(253) 737-8230 (Александр)**
- **Профессионально ДАЮ УРОКИ ВОКАЛА** **(253) 334-0167 (Фаина)**
- Присмотрю за вашим новорожденным ребенком у вас или у меня дома **Puyallup** **(253) 926-2575 (Nina)**

## Разное

- Меняю изобретение с подробными чертежами, описанием, прототип на автомобиль **(503) 569-0250**
- Сдам в рент красивое свадебное платье **(435) 787-1781 (Неля)**

## Сдам комнату

- **Condominium в РЕНТ** South Everett, 2BD/2BA, 2 этаж. Сушка, стирка. **(425) 233-0753**
- Сдается в рент в г. Everett комната в красивом месте для девушки или женщины **(425) 322-5666 (Ольга)**
- Сдаю в аренду дачу на берегу реки. **(425) 333-0599**
- **Сдается в рент 4 BD дом в г. Edmonds** **(425) 381-0553**
- Ищу руммейта в apartment Kirkland, $ 500 **(425) 445-7843**
- Сдаю квартиру на ЧУДО-ОЗЕРЕ, Florida **(941) 426-3716**
- Сдам в рент комнату со всеми удобствами съемщикам без редных привычек в Lake Stevens. Очень удобное расположение. Цена $400 в месяц **(206) 398-9319**

## Куплю

**БИЗНЕС ПО УБОРКЕ ДОМОВ**
**(206) 334-5478**

- Машину в нормальном состоянии, автомат, стоимостью до $500 **(206) 658-7038 (Елена)**
- Куплю ордена и медали России и СССР **(403) 330-8820 (Владимир)**
- **Куплю любой инветарь для детского сада: горки, качели для детей..** **(206) 552-3964 (Глеб)** **(206) 445-4272 (Лена)**

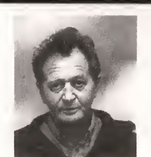
## ПРОДАЮ

**www. Products4Health.com**

- **Массажные кровати**
- **Магнитные накладки**
- **Нефритовые матрасы**

**503..998.1124**

# Работа, отдых и путешествия при диабете



**Ицхак Чайковский, профессор, доктор физико-математических наук, Израиль**

Чтобы быть равноправным членом общества, больному диабетом нужно нечто большее, чем правильное отношение к своей болезни. О методах поддержания своего состояния в пределах нормы мы говорили в предыдущих очерках. Но для больного не менее важно знать свое положение и учитывать его в своих действиях, а именно: в работе и общественной жизни, в отношениях с семьей, друзьями.

Заболевание диабетом налагает ограничения на выбор профессии в молодом возрасте, а в старшем возрасте может потребовать смены профессии или переквалификации. Это, прежде всего, связано с тем, что отдельные виды работ не позволяют строго выдерживать режим компенсации, либо повышают риск раннего появления осложнений, либо просто противопоказаны больным диабетом. Но в любом случае трудовая деятельность диабетика должна отвечать ряду медицинских требований.

Перечислим некоторые из них: исключить работы в подземных и подводных условиях; ограничить работы по управлению сложными механизмами, по управлению всеми видами транспорта (здесь не имеется ввиду управление собственным автомобилем); избегать ночных работ; исключить работы, где вам не может быть оказана экстренная медицинская помощь. Желательно избегать работ, сопряженных с длительными командировками, когда сложно управлять своим режимом. А какие виды работ можно безусловно рекомендовать диабетикам? Среди них: педагогическая деятельность (правда, в некоторых случаях такие работы опасней, чем вредное производство), научная работа, работа программиста, экономиста, врача, журналиста, библиотечная работа (если я что-то упустил, то конкретный совет вам дадут диабетологи).

Взаимодействие диабетика и общества ярче всего проявляется в вопросах выбора профессии, трудоустройства и выполнения трудовых обязанностей. К сожалению, диабетиков иногда воспринимают, как людей второго сорта и подвергают различным формам дискриминации при устройстве на работу. Однако следует помнить, что успехи, достигнутые в лечении диабета в последние годы, оставляют все меньше причин для зачисления диабетиков в категорию *«слабаков»* и чем-то отличающихся от других людей. Хочу отметить, что в 1989 году на Конференции в Сент - Винсенте (Италия) по инициативе Международной диабетической федерации была принята Конвенция, в которой, в частности, подчеркивается, что практически все больные сахарным диабетом способны трудиться наравне с их здоровыми сверстниками, поэтому никакие испытательные сроки не могут использоваться как повод для их дискриминации в отношении трудоустройства.
Исключения из этого правила немногочисленны. В случае увольнения или отказов в приеме на работу следует требовать объяснений. В жизни любого человека, в том числе и диабетика, хотя бы раз в году наступает момент, когда он хочет отойти от привычного образа жизни, и наиболее часто это относится к путешествиям..

Некоторые диабетики боятся ездить в отпуск, путешествовать. Причина – страх перед декомпенсацией в условиях, отличающихся от привычных, домашних. Могу их успокоить на основании собственного опыта. Сегодня, в эпоху глобализации в цивилизованном мире, почти повсюду можно попасть в комфортные условия. Наличие средств самоконтроля, шприц-ручек для инсулина и инсулиновых помп, широкого спектра сахароснижающих таблеток у грамотного и дисциплинированного диабетика нет проблем с поддержанием режима компенсации.

Собираясь в отпуск, составьте себе список самых необходимых вещей. Что взять в ручную кладь? Инсулин/сахароснижающие таблетки; шприцы/шприцы-ручки/запасные иглы; тест-полоски (для определения уровня глюкозы в крови, для определения уровня глюкозы в моче, для определения наличия ацетона в моче; глюкометр и запасные батарейки к нему; пружинный ланцетодержатель и ланцеты; достаточное количество глюкозы; врачебное свидетельство о необходимости провоза инсулиновых шприцов для таможенного контроля в аэропорту; продукты питания, необходимые для промежуточного приема пищи во время поездки по стране; страховой полис. В основной багаж не забудьте взять: запас инсулина/сахароснижающие таблетки; запас тест-полосок; таблицы содержания углеводов в различных продуктах. Нередко больные диабетом с тревогой спрашивают, не портится ли и не теряет ли свои свойства инсулин в жарких странах. Как правило, это опасение необоснованно.

Инсулин утрачивает свои свойства при температуре 40 градусов Цельсия и выше; необходимо также беречь инсулин от воздействия прямых солнечных лучей. Совершая переезды, можно держать инсулин в отделении для мелочей в автомобиле, в сумке, в рюкзаке и т.п. В особенно жаркой местности для сохранности флаконы с инсулином можно хранить в термосе, сумке-холодильнике.

Мой опыт жизни в жаркой стране показывает, что написанному здесь можно верить: инсулин в моей помпе, которую я креплю к ремню, ни разу не испортился. Необходимо помнить, что жара/солнечные ванны могут ускорить действие инсулина.

Существуют определенные правила, предписывающие делать прививки перед поездкой в те или иные страны Больным диабетом эти прививки столь же не опасны, сколько и людям, не страдающим диабетом. При ощутимой реакции организма на прививки уровень глюкозы в крови может временно увеличиться. Но хорошо обученный диабетик может без труда это предотвратить. Если вы выезжаете за границу, важно, чтобы в случае возникновения гипогликемии или потери сознания окружающие знали, что вы страдаете диабетом. В этом случае они смогут оказать вам помощь. А для этого вы должны иметь при себе нечто, что мы назовем паспортом больного диабетом.

Вот его примерный текст. «Я болен сахарным диабетом и лечусь при помощи инсулина. Если мне станет плохо или я буду необычно вести себя, дайте мне съесть несколько кусочков сахара, конфет, кусочек хлеба или очень сладкий напиток.

Если я потеряю сознание, не смогу глотать и быстро не приду в себя, мне нужно срочно сделать инъекцию глюкагона. Для этого срочно доставьте меня в больницу и известите о моем состоянии членов моей семьи.» Ниже даю перевод этого текста на английский язык.

I am a diabetic and take insulin injections. In case I seem to be ill or behave abnormally or lose consciousness, give me some sugar or something very sweet to drink. If I can't swallow or if I don't regain consciousness, I need a glucagons injection. Therefore, please get in touch with my family or have me brought to a hospital".

**Ценный совет для путешествующих самолетом.**

Прием инсулина прекращать нельзя.
У авиакампаний разных стран могут быть различные правила относительно перевозки лекарственных препаратов. Прежде, чем отправиться за рубеж проясните этот вопрос в представительстве вашей авиакампании. Например, в соответствии с правилами Управления безопасности транспортных перевозок США необходимо, чтобы "препараты для инъекционного введения были снабжены этикетками (с указанием названия препарата и наименования производителя)".

Практически во всех авиакампаниях можно заказать питание для диабетиков (услуга бесплатная). Заказ делается заранее при покупке билета, но при регистрации рекомендуется напомнить о нем.
Если ваше путешествие связано с пересечением нескольких часовых поясов, то соответственно день для вас становится длиннее или короче на несколько часов. Это важно учесть в вашем графике приема сахароснижающих лекарств.

Например, вы летите из Нью-Йорка в Сиэтл, при этом ваши сутки в Сиэтле

увеличиваются в реальном времени на 5 часов. Сделав в 10 часов вечера 24-часовой укол Лантуса в Нью Йорке, в Сиэтле вам придется следующий укол сделать в 17 часов по местному времени.

Старайтесь об этом не забывать, чтобы не перестроить режим компенсации.

Поездки и отдых во время отпуска имеют одну особенность, не характерную для привычной жизни: они сопряжены с увеличением физической активности. А, как мы уже знаем, физические нагрузки существенно влияют на течение диабета. Это связано с тем, что работающие мышцы сжигают гораздо больше глюкозы, чем покоящиеся мышцы. Это приводит к снижению уровня сахара в крови, и, следовательно, создается опасность гипогликемии. А это подразумевает увеличение количества углеводов в пище и снижение дозы сахароснижающих лекарств (инсулина или таблеток).

Существующие методы самоконтроля позволяют самому диабетику провести необходимую регуляцию в зависимости от вида нагрузки и ее интенсивности.

Вопросы питания во время поездок играют ключевую роль, поскольку вы попадаете в условия, часто непривычные по сравнению с домашними. Поэтому, отправляясь за границу, заранее узнайте о наиболее потребляемых продуктах в той или иной стране, о способах приготовления пищи, об особых сортах фруктов и т.д.

Если вы используете диабетические продукты ( например, джемы, печенье), то желательно запастись ими и взять с собой в поездку.

Разумеется, находясь в поездке, вы, вероятно питаетесь в кафе, ресторанах и вам необходим достаточный опыт, чтобы "на глазок" суметь определить количество углеводов в пище и стараться употреблять привычные вам продукты. Но "отвинчивая гайки с умом"(А.Чехов, рассказ "Злоумышленник"), вы можете не лишать себя удовольствия поесть и новую пищу, тем более, если она вкусная.

**Некоторые советы по питанию вне дома.**

Особо следует обратить внимание на количество соли, которое вы употребляете с пищей. Это особенно важно для устранения проблем, связанных с гипертонией. Рекомендуется снизить потребление соли до одной чайной ложки в сутки.

При питании вне дома не мешает знать, какие блюда нужно при этом выбирать в кафе, ресторанах, на улице. Перечислим некоторые из них.

**Закуски:** выбирайте свежие фрукты и овощи; избегайте супов и бульонов; избегайте хлеба, булочек с солью и тостов с маслом.

**Салаты:** выбирайте свежие фрукты и овощи; избегайте маринадов, консервированных или маринованных овощей, мясных консервов, соленых семечек; заправки для салатов заказывайте отдельно.

**Основные блюда:**
выбирайте простые блюда, включая жаренное, приготовленное на гриле или запеченное мясо, домашнюю птицу или рыбу; выбирайте простые овощи, картошку, макаронные изделия; попросите готовить пищу без соли; в заведениях быстрого питания не заказывайте специальные соусы; избегайте соленых приправ, таких как оливки и соленые огурцы.

**Десерты:**
выбирайте свежие фрукты, желе и простые пирожные.
Во многих ресторанах блюда часто достаточно большие, поэтому просите половинные порции.

Больные диабетом должны соблюдать ряд обязательных правил при вождении автомобиля.

Тут я не могу поделиться собственным опытом, поскольку не имею водительских прав. Но приведу рекомендации, которые дает Немецкое общество транспортной медицины

-В первую очередь водитель с диабетом должен добиваться стабильного состояния обмена веществ, при котором гипогликемия возникает очень редко.

- Отправляясь в длительную поездку, проверьте уровень глюкозы в крови. Если он слишком низкий, съешьте дополнительные углеводы для предотвращения гипогликемии.

- Перед поездкой никогда не вводите дозу инсулина, превышающую вашу обычную дозу. Тщательно соблюдайте рекомендуемые сроки введения инсулина.

- Перед поездкой никогда не ешьте углеводы в меньшем количестве, чем обычно. Лучше их съесть больше.

- Никогда не отправляйтесь в поездку, если вы только что вышли из состояния гипогликемии или чувствуете, что она вот-вот возникнет.

- При длительных поездках всегда придерживайтесь привычного режима питания, точно соблюдайте время как основных, так и промежуточных приемов пищи Берите с собой еду, чтобы вы в любую минуту могли перекусить.

- В машине под рукой у вас всегда должны быть сахар или глюкоза. Ваши попутчики должны знать, где можно найти быстродействующие углеводы в случае необходимости..

На этом, пожалуй, можно остановиться, поскольку не перебрать всех жизненных ситуаций, которые могут встретиться.

Ваш опыт подскажет вам многое другое.



Приятного вам путешествия и до встречи через месяц.

# КРЕДИТНЫЙ ДОКТОР

Сергей Багдасаров



Я рад вновь приветствовать всех читателей, на страницах газеты «*Наши* **ВЕСТИ**»! Еще раз, выражаю благодарность руководству издания за предоставленную возможность делится своим опытом, и знаниями с русскоговорящей общиной нашего штата!

В прошедших выпусках мы обсудили: что это такое – оценка кредитоспособности; как строится Ваш кредитный счет; о чем нельзя узнать из Вашей кредитной истории; как улучшить Вашу кредитную историю.

В этом выпуске мы поговорим, о том, как создать кредитную историю.

Помните, мы всегда рады предоставить вам бесплатную консультацию! Звоните в любое время 1-866-390-7352, или посетите нас в интернете по адресу www.LsiCreditSolutions.com/rus

**Создание кредитной истории**

Кредитная история – это Ваша финансовая репутация, то есть степень доверия к Вам различных государственных и частных учреждений, а также частных лиц. Это значит, что перед тем, как давать Вам кредитную карточку, кредит, сдавать квартиру и т.д., Вас проверяют. Если у Вас хорошая кредитная история, Вы получите всё, что просите, причём на самых выгодных для Вас условиях. Если у Вас нет кредитной истории или она испорчена, то увы, но Вам откажут или Вы получите не очень выгодные условия. И у Вас не будет выбора, т.к. выбирать будете не Вы, а Вас.

Буквально кредитная история – это история кредита. Т.е. история о том, как Вы берёте и отдаёте кредиты. Таким образом, Ваша кредитная история зависит от следующих факторов:

количество банков или других финансовых учреждений, доверяющих Вам денежные средства (чем больше, тем лучше);

продолжительность Ваших кредитных отношений с этими учреждениями (чем дольше, тем лучше);

суммы кредитов в каждом из этих учреждений (тут надо "не переборщить");

интенсивность получения и погашения кредитов (чем интенсивнее, тем лучше).

Если у Вас нет кредитной истории, Вы не сможете получить кредитные карты. А если получите, то только дебетные (Debit) или секьюритные (Secured), т.е. под залог "замороженных" денежных средств;

Вы не получите прямой, т.е. беззалоговый кредит в банке или другом финансовом учреждении;

При покупке дома или другой недвижимости Вам придётся уплатить больший депозит, а проценты по ссуде будут значительно завышены;

При аренде квартиры Ваши шансы получить хорошую квартиру в приличном районе будут ниже, к тому же Вам придётся оплатить за несколько месяцев значительный депозит;

При долгосрочной аренде офиса Вы столкнётесь с нежеланием владельцев здания заключать с Вами договор. А если договор состоится, то Вы получите менее выгодные условия и будете вынуждены оплатить больший депозит;

И самое главное: несмотря на возможно имеющиеся у Вас значительные средства, не Вы будете выбирать, а Вас. Что в некоторой степени унизительно.

Кредитная история начинается с получения номера социального страхования и оформления кредитных карт, требует квалифицированного поддержания и со временем перерастает в золотую и платиновую.

**Как начать свою кредитную историю**

*Secured Credit Card*

Имея номер Social Security Вы можете немедленно заполнить анкету-заявление (application) для получения кредитной карты любого банка Через несколько недель вы гарантированно получите... отказ. Что происходило в течение этих нескольких недель и почему Вы получили отказ?

В США функционируют несколько компаний, занимающихся сбором и обработкой всей информации, касающейся кредитной истории граждан. Все банки, финансовые и кредитные учреждения ежемесячно посылают рапорты с информацией по всем своим клиентам хотя бы в одну из них. Разумеется, эти компании обмениваются между собой собранной информацией и предоставляют её за некоторую плату всем интересующимся. Именно в одну из таких компаний выбранный Вами банк направил запрос о Вашей кредитной истории. В ответ он получил информацию, что у Вас имеется только что полученный номер Social Security и, что ни одна финансовая организация не имела с Вами кредитных отношений. Получив такую информацию, банк решил не рисковать и отказал Вам. Это – типичная ситуация. Более того, мы призываем Вас не проводить подобных экспериментов над собой. Информация о каждом таком отказе хранится на Вашей кредитной истории в течение нескольких месяцев. Таким образом, следующий выбранный Вами банк получит отрицательную для Вас информацию о том, что ранее Вы уже получали отказы. Он, разумеется, Вам также откажет по одной этой причине. И вы заимеете на своей кредитной истории 2 отказа...

В то же время в США существуют банки, специализирующиеся на работе с людьми, имеющими плохую кредитную историю, или не имеющими таковой вовсе. Эти банки принимают на себя риск общения с ненадёжными с точки зрения кредитной истории людьми. Но они компенсируют себя в другом. Работа этих банков основана на принципе страхового депозита *(Security Deposit)*. Отношения с клиентами строятся следующим образом.

Вы размещаете на своём счёте в банке некоторую сумму – Security Deposit на срок не менее 12 месяцев под принятую в США ставку (примерно 2.5 - 3.5% годовых). Обычно эта сумма находится в пределах от $100 до $5,000. Под гарантию этого депозита Вы можете получить кредит в следующих размерах:

Кредит = 0.5 Депозита (что унизительно).

Кредит = Депозит.

Кредит = 1.5 (иногда 2.0) Депозита.

Конкретный размер кредита определяется внутренними правилами каждого банка. Для удобства управления счётом Вы получаете Secured пластиковую карточку *VISA* или *MasterCard*, которая внешне никак не отличается от дебетной или нормальной кредитной карточки.

С помощью такой карточки Вы можете совершать покупки или получать наличные деньги по всему миру во всех местах, обслуживающих карточки *VISA* или *MasterCard* соответственно.

Рассмотрим на примере вариант«с» (Кредит = 1.5 Депозита).

Допустим, Вы депозитировали на свой счёт $5,000 и получили кредитную линию на $7,500 с пластиковой карточкой *VISA* или *Master Card*. Теперь Вы можете в течение одного месяца приобрести в любом магазине что-либо на суммарную стоимость $7,500.

Таким образом, банк уже проявил к Вам своё доверие на $2,500 (теперь Ваша задача – оправдать этодоверие) Далее по прошествии рассчётного цикла (примерно 30 календарных дней) Вы получите из банка счёт (Statement) с перечнем всех расходов по счёту *(с указанием даты, названия магазина и суммы)*. Теперь у Вас есть выбор: оплатить полностью свой кредит (и восстановить свою кредитную линию) или взять какую-то его часть в долг (обычно под 18-22% годовых). Допустим, Вы потратили $7,500, а вернули банку только $4,500. Тогда Ваша кредитная линия опускается до $4,500. А сумму $3,000 Вы будете выплачивать с процентами (18-22% годовых).

*(продолжение следует)*

# ЛЕКАРСТВА С БОЖЬЕЙ АПТЕКИ

*На вопросы читателей отвечает А.Баранов*



**А. Баранов**
**Доктор биологических наук, консультант по фитотерапии**

**Вопрос читателя из города Bellevue:**

"*Отекают ноги от ступни до колен. Диагноз: атеросклероз сосудов нижних конечностей.*"

(продолжение ответа)

Облитерирующий атеросклероз – прогрессирующее заболевание внутренней оболочки артерий, что ведет к сужению их просвета.

Развитию болезни способствуют спазмы сосудов, возникающие под влиянием длительного охлаждения, а также травмы нервнопсихического характера.

Существует множество растений, которые помогут вылечить эту болезнь.

Свежие плоды рябины черноплодной надо есть по 250 – 300 г в день в течение 3-х недель для укрепления стенок сосудов. Они понижают давление крови, содержание холестерина, нормализуют деятельность сердечно-сосудистой системы.

Однако плоды черноплодки не рекомендуются при повышенной свертываемости крови. Очень полезны в данном случае баклажаны. Есть их можно в неограниченном количестве и в любом виде.

Они способствуют выведению из организма солей мочевой кислоты и снижают содержание холестерина в крови и стенках сосудов.

*Козлятник восточный или галега лекарственная.*

Стручки плодов этого растения в виде настоя принимают внутрь – как средство, разжижающее кровь и чистящее сосуды.

Траву пустырника в виде настоя пьют (можно с медом) по 0,5 стакана до четырех раз в день. Можно принимать и в виде настойки водочной или спиртовой (20-процентной) по чайной ложке (на 0,5 стакана теплой воды) 4 раза в день.

Листья смородины черной вместе с цветками в виде настоя или настойки листьев принимают внутрь при общем недомогании и мышечной слабости.

Не редкостью является гречиха посевная. Делают настой из цветков этого растения (1 ст. л. на 2 стакана кипятка), пьют (можно с медом) как чай без ограничения.

Очень полезно принимать в чистом виде прополис (по 4 –5 г, продолжительно жуя, затем проглатывая за 1 час до еды) как кровоочистительное, улучшающее состав крови и болеутоляющее средство.

Боль в суставах снимает отвар девясила. К ложке девясила лучше добавить столько же лопуха, отвар можно пить с вареньем или медом до еды и на ночь.

**Письмо и история читательницы**

*"Я хотела бы написать о моей ситуации. У меня было сильное акне (угри) с 2008 года. Мне сейчас 23 года. Я вроде бы залечила их сама изнутри без всякой медицины и антибиотиков. Но дело в том,что угри у меня от питания Когда я съем масло или сахар начинает чесаться лицо и появляются новые прыщики, и странные красные пятна на ногах. Они тоже чешутся. Я так думаю, что у меня кандида и "leaky gut". Я пила зверобой, но он не очень мне помог. Что помогает, то это алое гель пить внутрь и мазать снаружи. У меня также остались огромные и глубокие шрамы от угрей. Еще я збросила много веса, и не могу набрать его назад. Я весила около 117-120 паундов, а сейчас - 104. Я не могу есть много молочного и сладкого. Также мне хлеб плохо идет. Помогите мне привести себя в порядок."*

Боюсь, что отвечать на этот вопрос придется неоднократно. Но самое главное – надо чистить организм и начинать с кишечника.

Остановимся пока на угревой сыпи.

Причина появления угрей на коже лица объясняется по-разному. В юношеском возрасте при бурном процессе полового созревания чаще всего появление угрей объясняется как своеобразная реакция организма и метод выброса токсинов. Поэтому так важно начинать чистку организма в этот период жизни.

• Считается, что отказ от молочных продуктов является важным условием очищения кишечника.

Существует множество способов очистки от угревой сыпи.

Ни в коем случае нельзя выдавливать угри, даже единичные, особенно в носогубном треугольнике.

Эффективным средством, которое поможет избавиться от угрей навсегда, является медовый массаж.

Поверхность кожи с угрями мажется небольшими количеством натурального мёда и мягким осторожным движением прижимают ладонь и отпускают к намазанной мёдом поверхности кожи. Такие движение многократно (10-15 минут) повторяют. Очень быстро возникает состояние прилипания ладоней к коже, а мёд впитается полностью в кожу.

Поверхность станет сухой, а прилипание останется.

Затем к ладоням потянутся из кожи нити грязного мёда, похожие на лепешки грязного пластика, прилипшего к коже. Когда кожа полностью выдаст мёд, набравший из организма шлаки, кожа снова станет сухой. Такой массаж вначале надо сделать на стопах ног, а затем на коже, покрытой угревой сыпью. После массажа кожу протереть сухой белой глиной.

• Очистить кожу можно с помощью овсяных хлопьев.

Пропустите стакан хлопьев через мясорубку, смешав с чайной ложкой питьевой соды. К 1 столовой ложке смеси добавьте тёплой воды до образования кашицы и нанесите её кончиками пальцев на кожу, одновременно массируя круговыми движениями, пока кашица не будет скользить по коже. Через 20 - 30 минут смойте все ватным тампоном, смоченным в тёплой воде. Процедуру выполнять 1 раз в неделю.

• Возьмите 2 столовых ложки листьев крапивы, залейте 2-мя стаканами кипятка и после часового настаивания выпейте за 4 приема 1 стакан такого настоя.

Для лечения потребуется 1-3 месяца. Более эффективным средством является отвар измельченных корней лопуха. 1 столовая ложка заваривается ½ л воды и кипятится 10 мин. Принимать по ¼ стакана 3 раза в день весь период лечения.

• Календула используется в виде настоя 2-х столовых ложек цветков на 100 мл водки и 30 мл одеколона.

Настаивают 3 недели, смазывают пораженные участки 2 раза в день для избавления от угрей.

• Народным способом избавления от угрей считается нанесение на лицо кашицы из корней хрена 2 раза в день.

• Ягоды калины, если съедать их по 1 столовой ложке вместе с косточками ежедневно в 3 приема (можно с медом), помогают избавиться от угревой сыпи.

• Также эффективно протирать кожу свежим соком подорожника 1 - 2 раза в день.

• Отваром коры, почек хвои умывайте лицо и используйте его для ванн.

• Настой листьев березы или ивы, мелиссы лекарственной используйте для умывания, примочек и пейте, как чай.

• А сок ягод или листья малины можно использовать в свежем виде для масок, они питают кожу, стягивают её, оказывают противовоспалительное действие. Точно так же можно применять ежевику, костянику, морошку .

Попробуйте сами шлифовать вмятинки. Для этого возьмите соцветия календулы, разотрите в однородную массу, смешав со сметаной или сливочным маслом, и наложите на лицо на 15-20 минут. Затем смойте простоквашей или кефиром. Повторите несколько раз.

И возьмите себе за правило: не пытайтесь лечиться в состоянии беспокойства, гнева, агрессии.

Специальными исследованиями американских врачей университета Южной Флориды показано, что количество гнойничков увеличилось у тех больных, которые негативно реагировали на обследование.

Если трудно сразу вдруг избавиться от плохого настроения и дурных мыслей, подумайте, хотите ли, чтобы это настроение и эти мысли создавали ваше будущее.

Проявление гнева ухудшает состояние кожи.

В следующий раз поговорим о весе. Будьте здоровы!

*Присылайте ваши вопросы о применении окружающих нас растений в целях профилактики и лечения болезней.*
*На страницах газеты на них вам ответит консультант по фитотерапии, доктор биологических наук, А.Баранов*

# Готовь сам Гефилте ФИШ

## ФАРШИРОВАННАЯ РЫБА

**Что необходимо**

на 4 рыбины среднего размера:
несколько кусков черствого хлеба,
½ килограмма филе другой рыбы (например трески или нилуса)
2 яйца
соль
перец и специи по вкусу
2 крупные свеклы
2 крупные моркови
2 крупные луковицы

**Что и как делать:**

Тщательно очистите рыбу от чешу. Промойте. Отделите головы, хвосты и плавники, но ни в коем случае не выбрасывайте – они вам понадобятся. Удалите из голов все лишнее, так, чтобы образовалось пространство для фарша.
Традиционно фаршированную голову подают главе семьи.

Разные хозяйки предпочитают нарезать рыбу по-своему. Некоторые предпочитают фаршировать рыбу целиком. В этом случае надо вынуть из целой рыбы потроха и тщательно промыть. Надрезать кожицу вдоль хребты, аккуратно вынуть мякоть и после набивки фаршем зашить.

В другом случае, после очистки и промывки рыба нарезается на куски и фарш закладывается во все образовавшиеся после вырезания мякоти полости.

Самый простой способ. Просто разрезать брюшко, вычистить потроха и закладывать фарш только в пустоты между хребтовой частью и спинкой.

**Приготовление:**

После очистки рыбы нарежьте ее на куски толщиной примерно в 1½ - 2 пальца. Острым ножом отделите мякоть от кожицы и хребтовой кости, стараясь кожицу не надрезать.
Желательно добавить к образовавшейся мякоти немного филе какой-нибудь другой рыбы.

Мякоть пропустить через мясорубку два раза вместе с крупной луковицей. В обычном случае в фарш добавляют вымоченный сухой хлеб, но в Пасхальные дни его, конечно же заменяют на мацу.

Если вы берете цельные пластины мацы, то предварительно запарьте их и проверните через мясорубку вместе с фаршем. Можно просто добавить в фарш запаренную муку из мацы.

В готовый фарш вбить яйцо, добавить соль и перец. Очень тщательно вымешать. Масса должна быть абсолютно однородной.
Смоченными в воде руками набейте фаршем куски рыбы. Набивайте плотно, но не слишком – при варке фарш увеличится в объеме.
Желательно после набивки каждый кусочек "смазать" плоскостью ножа, смоченного в холодной воде, для того чтобы фарш лучше "сидел".
Нарежьте тонкими кружочками репчатый лук (кожуру не выбрасывайте!), морковь и свеклу.
В широкую кастрюлю налейте немного воды, чтобы вода прикрывала дно и выложите слой подготовленных овощей вместе с луковой кожурой — она придает цвет. На слой овощей положите слой кусков рыбы, затем опять слой овощей и слой рыбы и т.д. Сверху положите набитые фаршем головы, а также плавники и хвосты – они придают бульону клейкость. Залейте холодной водой и доведите до кипения. Снимите образовавшийся "шум" и добавьте немного холодной воды (это придает бульону прозрачность). Варите примерно 1½ часа на медленном огне. Перед окончанием варки добавьте соль и специи – перец, лавровый лист, пару головок гвоздики и поварите еще минут 10.
Когда рыба остынет аккуратно выложите на блюдо куски рыбы, тщательно отделив их от овощей и залейте процеженным бульоном. Можно для красоты между кусками рыбы положить кружочки моркови Поставьте в холодильник и подождите, пока бульон застынет до состояния желе.
Подавая рыбу на стол, не забудьте поставить рядом натертый хрен!



## РЫБА в специях Dag ha Sfarim

*Рыба целиком запеченная в специях – праздничное угощение. Оно особенно популярно на Рош Ха Шана, когда сефарди подают рыбу целиком. Целиковость символизирует полный наступающий год, а голова символизирует мудрость, которой просят их наделить.*



**Что необходимо на 6-8 порций:**

1 - 1.5 кг рыбы, например, рыбы люциан, выпотрошенной, голову и хвост оставить по желанию
½ ч л соли
сок 2 лимонов
3-4 ст л оливкового масла
2 луковицы, порезанной
5 зубчиков чеснока, мелко порезанных
1 зеленый перец, очищенный от семечек и мелко порезанный
1-2 свежих зеленых чили, очищенных от семечек и мелко порезанных
½ ч л куркумы
½ ч л порошка карри
½ ч л молотой зиры
120 м пассаты (протертые помидоры)
5-6 свежих или консервированных помидоров, мелко порезанных
3-4 ст л порезанного свежего кориандра
65 г кедровых орешков, поджаренных
петрушка для украшения

**Что и как делать:**

1. Проколоть рыбу вилкой в нескольких местах и натереть солью. Положить ее в форму для духовки и залить лимонным соком. Оставить на 2 часа.
2. Разогреть духовку до 180 гр С. Нагреть масло в сковороде, добавить лук и половину чеснока, обжаривать 5 мин до мягкости.
3. Добавить в сковороду перец, чили, куркуму, карри и зиру и обжаривать 2-3 мин на медленном огне. Перемешать, добавить пассату, помидоры и травы.
4. Посыпать дно формы для духовки половиной кедровых орешков, залить половиной соуса, затем добавить рыбу с маринадом. Посыпать рыбу чесноком, затем добавить оставшийся соус и оставшиеся орешки. Накрыть плотно крышкой и запекать 30 мин до мягкости. Украсить петрушкой.

# БАНКРОТСТВО

## ФАКТЫ, КОТОРЫЕ ВЫ ДОЛЖНЫ ЗНАТЬ



*"Я помогу вам сделать новый старт для того, чтобы вы могли наслаждаться жизнью и финансовой свободой."*

**Адвокат Константин Циприн**

**The United States Supreme Court говорит,** *"(Bankruptcy) gives to the honest but unfortunate debtor… a new opportunity in life and a clear field for future effort, unhampered by the pressure and discouragement of preexisting debt."*

### ВЫ НЕ ОДНИ

Более 1.4 миллиона банкротств было оформленно в США в 2009 году;

Более 24,000 банкротств было оформленно в Западном Вашингтоне в 2009 году.

### ВЫ НУЖДАЕТЕСЬ В БАНКРОТСТВЕ ЕСЛИ:

Сумма ваших доходов не покрывает ваши расходы;

У вас высокие долги и нет реальной возможности их уплаты в данный момент или в будущем;

Ваша заработная плата забирается или кто-то угрожает забирать вашу заработную плату в будущем для погашения ваших долгов;

Вы являетесь, или вы скоро будете предметом для lawsuits, repossession, long - term debt collection or harassment;

Вы имели или имеете серьезные финансовые неудачи такие, как потеря работы или дорогостоящие болезни;

Вы верите, что у вас и у вашей семьи жизнь будет лучше, если вам спишут все или почти все ваши долги.

### БАНКРОТСТВО ПОЗВОЛИТ ВАМ:

Улучшить ваш Credit Score;

Устранить юридическое обязательство по выплате большенства ваших долгов таких, как medical bills, credit cards, «payday» and other loans, back-rent, and debts owed after repossession and/or foreclosure;

Остановить wage garnishment, debt collection/creditor harassment, lawsuit and other creditor actions to collect a debt, and foreclosure;

Понизить ваш ежемесячный платеж за некоторые долги, такие как дома и/или автомобиль в кредит;

Самое важное – это восстановление вашего кредита и начало вашей финансовой свободы.

### ПОЧЕМУ DEBT SETTLEMENT НЕ ПОМОЖЕТ:

Банкротство: немедленно списывает ваши долги, что позволит вам сделать вашу жизнь и жизнь вашей семьи лучше.

Debt Settlement: заставляет вас делать ежемесячные платежи для погашения вашего долга на период от 1 до 7 лет;

Банкротство: в Tsiprin Law Group все платежи объяснены во время первой бесплатной консультации.

Debt Settlement: Значительные первоначальные и часто скрытые месячные платежи.

Банкротство: позволяет сохранить дом, инвестиционную собственность и даже ваш автомобиль.

Debt Settlement: Не поможет вам защитить ваш дом, инвестиционную собственность или ваш автомобиль.

Другие последствия Debt Settlement:

о сокращении вашего долга сообщается в IRS и эта сумма считается вам как доход. Это негативно сказывается на Credit Score.

### БАНКРОТСТВО ПОМОЖЕТ ВАМ:

Сохранить ваш дом и даже вашу инвестиционную недвижимость;

Сохранить ваш автомобиль;

Сохранить более $ 22 K наличными, акции и/или ювелирные изделия;

Сохранить ваши пенсионные сбережения;

Сохранить некоторые имеющиеся у вас кредитные карты;

Получить ипотечный кредит через 2 года после оформления банкротства.

*Наши* **ВЕСТИ**
**Vol 3. No8**

*Наши* **ВЕСТИ** • *Nashi* **VESTI**
**ISSN # 2152-7407**

**Publisher**
Anatoliy Sholom
206..434.9585 425..318.7752
fax 425..415.1031
**sholompublisher@yahoo.com**

**Editor-in-Chief**
Galina Sholom 206..434.9587
sholomfamily@yahoo.com

Violetta Taskar 206..290.4081
Hillel Taganskiy 847..650.9766
Peter Shirokov 917..696.0319

**Proofreading**
Mariet Fosnes 360..477.0248

**Florida**
**Editorial&Advertising office**
Alexandr Youfik 386..263.2480
Galina Alexeeva 561..305.8056



Postmaster:
Send address changes to
**Sholom Publishing Co**
**PO Box 14472**
**Mill Creek WA 98082**



Printed in USA

### Юридические офисы

| | | |
|---|---|---|
| Anthony Dougherty (Михаил) | (425) 264-2000 | 3 |
| Feldman & Lee (Константин) | (253) 859-2488 | 35 |
| Petrenko Law Firm | (206) 733-0070 | 23 |
| Law Office of Reed Yurchak | (206) 577-3737 | 20 |
| Центр помощи и защиты прав (Ян) | (206) 954-3227 | 12 |
| TSIPRIN LAW GROUP, PLLC | (425) 454-6277 | 34 |
| Pacific Law Group (Василий) | (425) 641-4439 | 17 |

### Медицинские офисы

| | | |
|---|---|---|
| Affordable Dental and Dentures | (206) 542-2196 | 20 |
| Family Dentistry on the Plateau | (425) 391-1331 | 18 |
| Doctor Tatyana Kutsy | (425) 637-2340 | 22 |
| Doctor Mikhail Kisselev | (206) 355-9740 | 22 |
| Advanced Metropolitan Dentistry | (253) 740-1501 | 17 |
| EZ Dent-Denture Clinic | (425) 746-6090 | 22 |
| Глазная клиника Александра Гелт | (425) 251-9200 | 10 |
| European Health Center | (425) 442-7436 | 10 |

### Аптеки. Здоровье и уход за кожей

| | | |
|---|---|---|
| Produkts4Health | (503) 998-1124 | 27 |
| Продукты пчеловодства | (503) 710-2274 | 10 |
| Artistry (Валентина) | (425) 745-0905 | 10 |
| Jus (Ella) | (253) 221-7357 | 31 |

### Специалисты по недвижимости

| | | |
|---|---|---|
| Григорий Елкин | (206) 650-7230 | 20 |
| Svetlana Angel Yim | (206) 883-6898 | 19 |

### Переводчики. Нотариусы

| | | |
|---|---|---|
| Регина Франк | (206) 898-9914 | 20 |

### Телевидение. Радио

| | | |
|---|---|---|
| Kartina TV (Петр) | (253) 205-5617 | 5 |
| Kompas TV | (253) 205-5617 | 35 |

### Миссии

| | | |
|---|---|---|
| Nazarene Ministry of Help | (503) 777-9039 | 12 |

### Ремонт: автомобилей, обуви, бытовой техники

| | | |
|---|---|---|
| Auburn Auto Clinic LLC | (253) 856-0397 | 13 |
| Ремонт автомобилей | (425) 679-2500 | 11 |
| Master Auto Glass | (253) 797-3874 | 14 |
| Ремонт автомобилей | (206) 778-4421 | 7 |
| Vlad's Tinting | (253) 678-8126 | 10 |
| Ремонт бытовой техники | (206) 579-2551 | 10 |

### Детские сады. Учебные заведения

| | | |
|---|---|---|
| Детский сад "Пчелка" | (206) 552-3964 | 7 |
| Детский сад " Дорога к знанию" | (425) 293-6653 | 13 |
| Детский сад "Sunshine Daycare" | (425) 747-2122 | 6 |
| Постановка голоса | (425) 591-9710 | 13 |
| Piano Teacher Tamara | (206) 979-9024 | 13 |
| Уроки игры на пианино | (206) 962-9412 | 13 |
| Образовательный центр "Да Винчи" | (425)269-2131 | 2 |
| Школа "Родник" | (425)345-7049 | 7 |
| Школа Українознавства | (253)249-8793 | 16 |
| Evergreen Nursing School | | 16 |

### Туристические фирмы. Отдых

| | | |
|---|---|---|
| Free Wind Travel | (888) 212-9463 | 7 |
| Mission Valley Travel | (888) 887-3060 | 4 |
| The Inn Soap Lake | (509) 246-1132 | 22 |
| Soap Lake RV Resort | (509) 246-0413 | 21 |
| Gabriel Travel | (888) 505-4196 | 36 |
| Kiros Travel | (916) 543-0509 | 6 |
| East West Tours | (206) 234-1298 | 14 |

### Перефинансирование. Модификация

| | | |
|---|---|---|
| Татьяна | (253) 223-1355 | 4 |

### Страховые компании

| | | |
|---|---|---|
| American Family Insurance (Ilana) | (425) 485-9020 | 17 |
| American Family Insurance (Tetiana) | (253) 508-9915 | 14 |

### Агентства по уходу

| | | |
|---|---|---|
| Elite Home Care | (425) 957-2002 | 29 |

### Доставка и перевозка грузов

| | | |
|---|---|---|
| Commercial Delivery | (253) 632-0880 | 9 |
| Перевозка и доставка грузов | (206) 334-0585 | 24 |

### Оптовая продажа. Магазины

| | | |
|---|---|---|
| MyZionShop.com (New York) | (917) 696-0319 | 14 |
| Global Seafoods North America | (425) 449-3165 | 2 |
| International Food | (941) 429-1239 | 15 |



